



Mexikanskt ris med marinerad kycklinglårfilé

Kock: **Jennifer Berg** Tid: **30 min** Portioner: **4**

En enkel och supergod mexikansk risrätt med marinerad kycklinglårfilé.

Dagens middag var inspirerad av Mexiko. Jag älskar mexikansk mat men när jag tänker på mexikansk mat blir det alltid tacos eller burritos, så nu ville jag testa lite annat.

Så idag började jag leta efter lite inspiration till min mexikanska middag och jag såg att de har denna tomat- och risrätt som såg jättegod ut. Jag bestämde mig för att göra den med marinerade kycklinglårfiléer och några typiska mexikanska ingredienser.





INGREDIENSER



- 2 deciliter passerade tomater
- 1 medelstor gul lök, finhackad
- 4 deciliter kycklingbuljong
- 1.5 tesked salt
- 0.5 tesked malen spiskummin
- 3 matskedar olivolja
- 4 deciliter basmatiris
- 1 st färsk röd chili, tunt skivad
- 4 st vitlöksklyftor, pressade
- 1 deciliter färsk koriander, finhackad
- 2 st lime



Creme fraiche och limeklyftor till servering

Marinad

- 600 gram kycklinglårfilé
- 0,5 deciliter olivolja
- 3 klyftor vitlök
- 1 näve färsk koriander, hackad
- 0,5 tsk salt
- 0,5 tsk svartpeppar
- 2-3 msk färskpressad limejuice

GÖR SÅ HÄR



Blanda alla ingredienser till marinaden i en stor skål. Tillsätt kycklingen i marinaden och rör om så att kycklingen täcks väl. Marinera i 15 minuter

men helst i 2 timmar eller mer.

2

Koka upp passerade tomater och kycklingbuljongen i en kastrull. Rör i salt och kummin och koka över medelvärme.

Värm olivoljan i en annan kastrull över medelvärme. Tillsätt löken och chili och stek i ca 1 minut.

Tillsätt riset och rör om ofta så det rostas lätt, ca 3 minuter. Sänk värmen så det inte bränns. Tillsätt vitlök och fräs ytterligare i 30 sekunder.

3

Häll den kokande tomat- och buljongblandningen över riset och blanda väl.

Minska värmen till låg, eftersom du inte vill bränna riset i botten. Täck och koka tills vätskan absorberats och riset är klart, ca 10-15 minuter.

4

Ta bort från värmen och fluffa till riset försiktigt med en gaffel. Täck igen och sätt åt sidan till och låt stå i 10 minuter.

Tillsätt koriander, hackad tomat och limejuice och blanda väl. Smaka och krydda med mer salt om det behövs. Servera med limeklyftor.

5

Värm upp en stekpanna och stek kycklingen i olja tills den har fått en fin färg. Ställ in stekpannan i ugnen och baka i ca 15-20 minuter (om du inte har en stekpanna som kan stå i ugnen, överför till en ugnform).

Servera som den är eller skiva den i bitar.