KYCKLING

Krispig kyckling med asiatisk sallad

Kock: **Vin & Matguiden** Tid: **30 min** Portioner: **4**

I airfryer: Snabblagad krispig kyckling, pankopanerad i härliga kryddor till en asiatisk kålsallad. Recept skapat av Sofia Henriksson för Philips Airfryer.

Vin & Matguiden var på presslunch hos Philips inför introduktionen av deras nya Airfryer XXL. Mästerkockenvinnaren Sofia Henriksson som är deras ambassadör lagade den här jättegoda kycklingrätten till lunchen.Sofia tipsade om att man kan panera i airfryer utan att först vända i mjöl och uppvispat ägg, genom att helt enkelt blanda krossad panko med kryddor och vända runt kycklingen. Det blev frasigt och tillagningen var supersnabb, ca 15 minuter. Redaktionen har testat receptet hemma och intygar att det är kanonbra!

30

INGREDIENSER

500 g kycklinglårfilé

Panko med krydda

1 dl panko, krossad
2 msk paprikapulver
1 msk vitlökspulver
2 tsk salt
1 nypa strösocker
1 tsk anchochilipulver
1 tsk nymalen svartpeppar
1 msk korianderfrön, malda
1-2 msk rapsolja

Kålsallad

1 st liten spetskål
1 msk vit misopasta
1 msk soja
2 msk risvinäger
1 tsk sesamolja
2-3 msk rapsolja

Toppa med vid servering

rostade sesamfrön
srirachasås
lime

GÖR SÅ HÄR

1. Vispa ihop ingredienserna till dressingen. Strimla kålen fint och häll över dressingen. Toppa med rostade sesamfrön och lite sriracha.

2. Blanda ingredienserna till kryddblandningen och vänd lårfiléerna i pankoblandningen tills det täcker och lyft upp. Ringla över olja och fritera i airfryer på 200 grader i 11 minuter.

3. Servera salladen med den varma kycklingen och pressa över lime efter smak.