



KYCKLING

Snabblagad kycklinggratäng

Kock: **Vin & Matguiden** Tid: **35 min** Portioner: **4**



Tunna, naturella kycklingfiléer som bakas i ugn med purjolök och parmesancreme och sköter sig själva. Ljuvligt!

Recept: Mattias LarssonBild: Lönneberga pressbild

Tunna kycklingfileer är perfekta när du vill ha en god och lättlagad vardagsmiddag. Här i en krämig kycklinggratäng med parmesancreme som sköter sig helt själv i ugnen. Vardagsmagi för hela familjen och perfekt i matlådor om det blir något kvar.



INGREDIENSER

540 g lönneberga tunna filéer av kycklingbröst, naturella
150 g purjolök
olivolja

Parmesancreme

75 g parmesanost
1-2 st vitlöksklyftor
4 dl creme fraiche
salt & svartpeppar

Tomatvinagrett (topping)

75 g soltorkade tomater

2 msk olivolja

2 msk balsamvinager

50 g ruccola

Till servering

ris eller bulgur

GÖR SÅ HÄR

1

Kyckling:

Satt ugnen pa 200°C.

Skiva purjologken tunt och lagg den i en ugnsfast form, blanda med lite olivolja och salt. Salta och peppra kycklingen. Lagg den ovanpa purjologken.

2

Parmesancreme:

Riv parmesanosten och vitlogksklyftan.

Blanda med creme fraichen. Smaka av med salt och peppar.

3

Hall parmesancremen over kycklingen och ugnsbaka i 25 minuter, tills kycklingen aer genomstekt och har en fin gratinerad yta.

4

Tillbehoer: Koka ris eller bulgur.

5

Vinagrett: Hacka de soltorkade tomaterna och blanda med oljan & vinagern.

6

Servering: Strog ruccola over kycklingen och ringla over tomatvinagretten. Servera med ris eller bulgur.