



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling provence i fløtesaus med tomat og estragon servert med ris og frisk fennikelsalat

Kylling i fløtesaus

1 stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
1 stk tomat
½ bunt estragon
½ stk sitron
430 g grillede kyllinglår med Provencekrydder
1 pakke hønsebuljong
1 pakke matfløte
½–1 pakke revet Grande Premium
🏠 1 dl vann

Ris

135 g basmatiris

Fennikelsalat

½ bunt estragon
1 stk fennikel
½ stk sitron

🏠 salt
🏠 olivenolje
🏠 pepper
🏠 olje
🏠 smør

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Kylling i fløtesaus:** Skrell og finhakk løken og hvitløken. Skyll tomaten, estragonen og sitronen. Kutt tomaten i båter. Finriv skallet fra sitronen (kun det gule) på et rivjern. Legg kyllinglårerne i en ildfast form.
- 3 **Kylling i fløtesaus, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og smør. Stek løken og hvitløken i 1 minutt, til det er blankt. Tilsett buljongen, fløten og 1 dl vann. Kok opp, skru ned varmen, og la sausen småkoke i omtrent 2 minutter. Ha i den revne osten og tomaten og skru av varmen. Vend inn halvparten av sitronskallet og halvparten av estragonen, og smak til med salt og pepper. Hell sausen over kyllingen i formen, og bak det hele i ovnen i omtrent 10 minutter, eller til kyllingen er gjennomvarm.
- 4 **Ris:** Tilbered risene som anvist på pakken.
- 5 **Fennikelsalat:** Finhakk resten av estragonen. Skyll og finsnitt fennikelen (se tips). Ha fennikelen i en bolle sammen med resten av sitronskallet og den finhakkede estragonen. Smak til med saft fra sitronen, olivenolje og litt salt og pepper.

Tips fra kokken: Har du en mandolin, kan den gjerne brukes til fennikelen. Man kan også bruke en osthøvel eller grønnsakskreller.