



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20 - 30 min 👤 2 porsjoner

Kyllingbryst med maiskrem, estragonbakte poteter og gulrøtter, servert med steinsoppsaus

Ovnsbakte grønnsaker og kylling

400 g gulrøtter
350 g poteter
1 bunt estragon
300 g Cajun sous vide-
kyllingfilet

Maiskrem

1 pakke maiskorn
🏠 ½ dl melk
🏠 1 ss smør

Steinsoppsaus

½-1 pakke soppsaus
½-1 pakke soppulver

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)
🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olje

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte grønnsaker og kylling:** Skrell og kutt gulrøttene i staver. Skyll og kutt potetene i fire. Fordel gulrøttene og potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20-25 minutter, eller til de er gjennomstekte og gylne.
- 3 **Ovnsbakte grønnsaker og kylling, fortsettelse:** Skyll og grovhakk estragonen. Ha kraften fra kyllingpakken i en liten kjele, og del kyllingen i to på langs. Strø estragonen over grønnsakene i ovnen når det gjenstår 8-10 minutter av steketiden, og legg kyllingen på toppen. Stek det hele sammen til kyllingen er gjennomvarm.
- 4 **Maiskrem:** Sil laken av maisen. Kok opp ½ dl melk og 1 ss smør i en kjele, og tilsett maisen. La det hele småkoke i 2-3 minutter. Kjør blandingen jevn med en stavmikser. Smak til med litt salt.
- 5 **Steinsoppsaus:** Ha sausen i kjelen med kyllingkraften fra steg 3, og varm opp på middels varme under omrøring. Smak til med steinsoppulveret.
- 6 Skjær kyllingen i skiver før servering.

Tips fra kokken: Hvis du synes det blir for tidkrevende å lage maiskremen, kan du steke maisen raskt i en stekepanne med litt smør i stedet.