



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Kyllingeschnitzel med spicy tomat-guacamole og brød

Kyllingeschnitzel

280 g kyllingebryst
1 stk æg
2 poser rasp
3 spsk mel ^b

Spicy guacamole

1 stk avocado
½ stk rød chili
½ stk skalotteløg
1 fed hvidløg
½-1 stk lime
2 spsk yoghurt naturel

Grønt

1 stk hjertesalat
1 pk koriander, frisk
2 stk tomater

Brød

2 stk brød

Det skal du selv have

salt ^b
olie ^b
peber ^b

^b basisvare

- Kyllingeschnitzel:** Læg kyllingen mellem to stykker bagepapir og bank dem flade med en kødhammer eller en lille gryde (du kan også skære dem igennem på langs). Kom 3 spsk mel i en tallerken, æg i en anden og rasp krydret med salt og peber i en tredje. Vend kyllingen først i mel, derefter hurtigt i æg og til sidst i rasp. Tryk det godt fast.
- Kyllingeschnitzel, fortsættelse:** Varm olie op på en slip-let pande. Steg kyllingen ved middelvarme ca. 5 min. på hver side til de er gennemstegte.
- Spicy guacamole:** Imens deles avocado, fjern stenen og tag kødet ud i en skål eller minihakker. Flæk chili og fjern kerner og frøvægge (undlad eller reducer mængden, hvis du ikke vil have det så stærkt). Pil løg og hvidløg. Skær løg og chili i et par grove stykker og kom det hele i skålen sammen med saft af lime og yoghurt. Blend med en stavblender til den konsistens du bedst kan lide. Smag guacamolen til med salt og peber.
- Grønt:** Skyl og tør salat og del den i blade. Skyl og hak koriander. Skyl tomater, skær i små tern og vend dem i guacamolen.
- Brød:** Skær bollerne i tykke skiver og rist på en brødrister. Læg brødet på et fad.
- Anret:** Placér salatblade og kylling på brødsiverne. Læg en skefuld guacamole på kyllingen og drys med koriander. Servér resten af guacamolen til.