



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingbryst med sopprisotto, bakte gulrøtter og spinat

Bakte gulrøtter og spinat

400 g gulrøtter

50 g spinat

Sopprisotto

1 pakke hønsebuljong

1 pakke sopp-/porcinpulver

1 stk gul løk

100 g aromasopp

150 g risottoris

1 pakke Grana Padano

400 ml vann ^B

1 ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik ^B

1 ss smør ^B

Kyllingbryst

300 g kyllingbryst

bakepapir (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

2. **Bakte gulrøtter og spinat:** Skrell og kutt gulrøttene i staver. Skyll og tørk spinaten. Fordel gulrøttene utover et stekebrett med bakepapir og vend inn litt olje, salt og pepper. Bak gulrøttene i ovnen i omtrent 20 minutter.

3. **Sopprisotto:** Kok opp 400 ml vann, hønsebuljongen og soppulveret i en kjele. Skrell og finhakk løken. Børst soppen fri for jord, og del den i to eller fire, avhengig av størrelsen.

4. **Kyllingbryst:** Krydre kyllingen med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen på ene siden i omtrent 3 minutter. Snu kyllingen og stek videre i 2 minutter. Legg kyllingen oppå gulrøttene, og stek det hele videre i ovnen når det gjenstår 10–15 minutter av gulrøttenes steketid. Steketiden avhenger av størrelsen på kyllingbrystet. Ikke vask ut stekepannen da den skal brukes videre.

5. **Sopprisotto, fortsettelse:** Varm opp stekepannen fra forrige punkt til middels høy varme. Stek løken, soppen og risottoris i 1 minutt, til det er blankt. Spe på med buljongvannet fra punkt 3, litt etter litt, under omrøring. La risottoen småkoke på middels lav varme i 15 minutter. Rør i risottoen av og til. Riv osten på et rivjern. Vend inn osten, 1 ss eddik og 1 ss smør i risottoen før servering. Smak til med salt og pepper.

6. **Bakte gulrøtter og spinat, fortsettelse:** Ta gulrøttene og kyllingen ut fra ovnen. La kyllingen hvile i et par minutter før den kuttes i skiver. Vend spinaten sammen med gulrøttene.



TIPS!

Sett inn et termometer der kyllingen er på sitt tykkeste. Stek kyllingen til kjernetemperaturen ligger på 65 grader.