



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Bjärekyckling i gräddig parmesansås med dragon och svamp

Till servering

Basmatiris 135 g

Kyckling i parmesansås

Champinjoner 125 g

Gul lök 1 st

Vitlök 2 klyftor

Bjäre kycklinglårfilé 300 g

● Salt 2 krm

Parmesanost 1 bit

● Vetemjöl 2 tsk

● Vatten 2 dl

Vispgrädde ½ dl

Kycklingbuljong ½ påse

Torkad dragon 1 tsk

Mixsallad

Rödlök 1 st

Mixsallad 65 g

Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Smör, Svartpeppar, Vatten, Vetemjöl

1. Koka basmatiris enligt anvisningen på förpackningen.

2. **Förberedelse:** Skiva champinjoner. Finhacka gul lök och vitlök. Krydda kycklinglårfiléer med salt och nymald svartpeppar. Finriv parmesanost.

3. **Kyckling i parmesansås:** Hetta upp lite smör i en stekpanna med höga kanter. Bryn kycklingen ca 2 min per sida. Ta upp kycklingen och lägg på en tallrik.

4. **Kyckling i parmesansås:** Tillsätt lök, vitlök och champinjoner till den använda stekpannan. Låt fräsa ca 2 min. Pudra över vetemjöl och blanda runt. Tillsätt vatten, vispgrädde och kycklingbuljong. Koka upp. Lägg tillbaka den stekta kycklingen (inklusive eventuellt stekspad på tallriken) och riven parmesan. Låt allt sjuda under lock ca 8 min, tills kycklingen är genomstekt. Smaksätt såsen med torkad dragon.

5. **Mixsallad:** Finstrimla rödlök. Lägg på ett salladsfat tillsammans med mixsallad. Blanda med olivolja, salt och lite nymald svartpeppar.

6. Servera krämig kyckling i parmesansås med basmatiris och mixsallad.