



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Sesamstegt kylling med kisir-couscoussalat

Det skal du have

125 g couscous
1 tsk spidskommen
2 poser sesamfrø
300 g kyllingeinderfilet
2 fed hvidløg
½+½ stk citron
1 spsk honning
1 stk tomat
1 stk skoleagurk
1 stk rødløg
½ pk bredbladet persille
½ pk mynte, frisk
1 spsk tomatpuré

Det skal du selv have

olie ^b
salt ^b
peber ^b
olivenolie ^b

^b basisvare

- Couscous:** Kog couscous som anvist på posen.
- Sesamstegt kylling:** Bland spidskommen og sesamfrø sammen. Vend kyllingen i blandingen og krydr med salt og peber. Varm en stegepande op med lidt olie og steg kødet 2-3 min. på hver side, så det får lidt farve. Pil og pres hvidløg og steg med kyllingen. Riv skal og pres saft af ½ citron. Tilsæt det sammen med honning og 2 spsk vand. Lad kog ind ca. 1-2 min.
- Kisir-couscoussalat:** Skyl tomat og agurk og skær i tern. Pil rødløg og skær i skiver. Skyl persille og mynte og hak groft. Rør tomatpuré, 2 spsk olivenolie, saft fra resten af citroen, lidt salt og peber sammen i en skål. Kom grøntsagerne og couscous i skålen og vend det godt sammen.
- Anret:** Fordel kisirsalaten i dybe tallerkener og kom kyllingen på toppen. Dryp glacen fra panden over.