



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Kylling provence i fløtesaus med tomat og estragon servert med ris og frisk fennikelsalat

## Kylling i fløtesaus

1 stk gul løk  
1 stk hvitløksfedd  
1 stk tomat  
½ bunt estragon  
½ stk sitron  
430 g grillede kyllinglår med Provencekrydder  
1 pakke hønsebuljong  
1 pakke matfløte  
½-1 pakke revet Grande Premium  
🏠 1 dl vann

## Ris

135 g basmatiris

## Fennikelsalat

½ bunt estragon  
1 stk fennikel  
½ stk sitron

🏠 salt  
🏠 olivenolje  
🏠 pepper  
🏠 olje  
🏠 smør\*

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Kylling i fløtesaus:** Skrell og finhakk løken og hvitløken. Skyll tomaten, estragonen og sitronen. Kutt tomaten i båter. Finriv skallet fra sitronen (kun det gule) på et rivjern. Legg kyllinglårerne i en ildfast form.
- 3 **Kylling i fløtesaus, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og smør. Stek løken og hvitløken i 1 minutt, til det er blankt. Tilsett buljongen, fløten og 1 dl vann. Kok opp, skru ned varmen, og la sausen småkoke i omtrent 2 minutter. Ha i den revne osten og tomaten og skru av varmen. Vend inn halvparten av sitronskallet og halvparten av estragonen, og smak til med salt og pepper. Hell sausen over kyllingen i formen, og bak det hele i ovnen i omtrent 10 minutter, eller til kyllingen er gjennomvarm.
- 4 **Ris:** Tilbered risene som anvist på pakken.
- 5 **Fennikelsalat:** Finhakk resten av estragonen. Skyll og finsnitt fennikelen (se tips). Ha fennikelen i en bolle sammen med resten av sitronskallet og den finhakkede estragonen. Smak til med saft fra sitronen, olivenolje og litt salt og pepper.

**Tips fra kokken:** Har du en mandolin, kan den gjerne brukes til fennikelen. Man kan også bruke en ostehøvel eller grønnsakskreller.

\* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allergivenlig alternativ