



Notera att ingredienser kan avvika från bildens utseende

Ugnsbakad kyckling med senapssås och tomatsallad

Senapssås

Vispgrädde 1 dl
Torkad dragon ½ msk
Dijonsenap ¾ msk
🏠 Smör
🏠 Vetemjöl ½ msk
🏠 Mjolk 2 dl
🏠 Kycklingbuljong ½ tärning
🏠 Flytande honung 1 tsk
🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk

Ugnsbakad kyckling

Kycklingfilé 300 g
🏠 Salt ½ tsk
🏠 Svartpeppar
🏠 Olivolja

Tomatsallad

Tomat 2 st
Bananschalottenlök 1 st
🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

Till servering

Potatis 400 g
Broccoli 1 st

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten. Skär broccoli i små buketter och låt koka med potatisen de sista 2 min.
3. **Senapssås:** Smält lite smör i en kastrull. Pudra över vetemjöl. Vispa ner mjolk (lite i taget), vispgrädde, smulad kycklingbuljong, torkad dragon, dijonsenap (eller välj din favorit), honung och vitvinsvinäger. Sjud ca 4 min.
4. **Ugnsbakad kyckling:** Dela kycklingfilé på längden. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Bryn kycklingen på hög värme ca 2 min per sida. Lägg i en smord ugnsform och håll över senapssåsen. Tillaga i mitten av ugnen ca 8 min, tills kycklingen är helt genomstekt (innertemp 72°C).
5. **Tomatsallad:** Tärna tomat och finhacka bananschalottenlök. Lägg allt i en skål. Blanda med vitvinsvinäger, lite salt och nymald svartpeppar.
6. Servera ugnsbakad kyckling med senapssås, kokt potatis, broccoli och tomatsallad.