



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Bjärekyckling med citronsky, rostade vitlökssmör och tomatsallad

Rostad potatis

- Småpotatis 400 g
- 🏠 Bakplåtspapper 1 st
- 🏠 Olivolja
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

Kyckling

- Bjäre kycklingfilé 400 g
- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Svartpeppar
- 🏠 Olivolja
- 🏠 Smör

Citronsky

- Kinesisk soja 1 tsk
- Kycklingbuljong ½ påse
- Citron ½ st
- 🏠 Vetemjöl 2 tsk
- 🏠 Vatten 2 ½ dl
- 🏠 Socker 1 tsk

Tomatsallad

- Tomat 3 st
- Ruccola 30 g
- Citron ½ st
- 🏠 Olivolja
- 🏠 Salt
- 🏠 Svartpeppar

Rostad vitlökssmör

- Vitlök 2 klyftor
- 🏠 Smör, rumsvarmt 30 g
- 🏠 Vitvinsvinäger ½ tsk
- 🏠 Salt ½ krm

- Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
- Rostad potatis:** Lägg småpotatis på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med olivolja, salt och nymald svartpeppar. Lägg 2 oskalade vitlöksklyftor till vitlökssmöret på sidan av plåten. Rosta allt i övre delen av ugnen ca 25 min.
- Kyckling:** Krydda kycklingfilé med salt och nymald svartpeppar. Hetta upp olivolja och smör i en stekpanna. Stek kycklingen ca 5 min per sida. Lägg över i en ugnform och tillaga klart mitt i ugnen (under potatisen) ca 10 min, tills kycklingen är helt genomstekt. Spara stekpannan till citronskyn.
- Citronsky:** Tillsätt eventuellt lite extra smör till den använda stekpannan. Pudra ner vetemjöl och vispa ner vatten, kinesisk soja, socker och kycklingbuljong. Sjud ca 5 min. Skölj citronen i ljummet vatten och finriv skalet. Smaksätt skyn med rivet citronskal och pressad saft från halva citronen.
- Tomatsallad:** Skär tomat i mindre bitar. Lägg i en skål tillsammans med ruccola och blanda med olivolja, pressad citronsaft, salt och nymald svartpeppar.
- Rostad vitlökssmör:** Skala de rostade vitlöksklyftorna. Lägg i en skål tillsammans med rumstempererat smör, vitvinsvinäger och salt. Mosa ihop allt med en gaffel.
- Servera kyckling med citronsky, rostad vitlökssmör, potatis och tomatsallad.