



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Daddelglasert kyllingfilet med sommerlig agurksalat, garam masalaris, sprø topping og raita

Garam masalaris

125 g villrisblanding
½ pakke garam masala

Sommerlig agurksalat

½ stk agurk
1 stk tomat
1 stk lime

Daddelglasert kylling

1 stk gul løk
300 g skivet kyllingfilet
1 glass daddelchutney
🏠 1 dl vann

Tilbehør

½ pakke raita
1 pakke kjerneblanding

🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olje

- 1 Garam masalaris:** Kok risen etter anvisningen på pakken sammen med garam masalakrydderet.
- 2 Sommerlig agurksalat:** Skyll agurken og tomaten. Kutt agurken i lange, tynne skiver med en ostehøvel eller en mandolin. Del tomaten i to, og kutt den i tynne skiver. Ha agurk- og tomatskivene i en bolle, og klem over saften fra limen. Krydre med salt og pepper, og vend det hele sammen.
- 3 Daddelglasert kylling:** Skrell og kutt løken i centimetertykke strimler. Del kyllingen i mindre biter hvis du vil. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i omtrent 3 minutter på hver side, til den er gyllen.
- 4 Daddelglasert kylling, fortsettelse:** Tilsett løken og stek videre i omtrent 1 minutt. Skru ned varmen til middels. Vend inn daddelchutneyen og 1 dl vann, og kok det hele i omtrent 2 minutter. Smak til med salt og pepper.
- 5 Tilbehør:** Ha raitaen i en serveringsskål. Rist gjerne kjerneblandingen i omtrent 1 minutt i en tørr stekepanne.
- 6 Servering:** Server kyllingen med risen, agurksalaten, kjerneblandingen og raitaen.

Tips fra kokken: Tre gjerne kyllingbitene på grillspyd, og grill dem ute hvis været tillater det. Raitaen kan vendes inn i agurksalaten hvis du ønsker mer smak på salaten.