



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Kyllingbryst med maiskrem, ovnsbakte krydderpoteter og gulrøtter, servert med soppsaus

## Ovnsbakte grønnsaker og kylling

2 stk gulrøtter  
1 stk gul løk  
350 g kokte timian- og hvitløkspoteter  
½ bunt bladpersille  
300 g sous vide-kyllingfilet med sitron og pepper

## Soppsaus

1 pakke soppsaus

## Maiskrem

1 pakke maiskorn  
🏠 ½ dl melk  
🏠 ½ ss smør

🏠 bakepapir (kan sløyfes)  
🏠 salt  
🏠 pepper  
🏠 olje

- 1 Sett stekeovnen på 230 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte grønnsaker og kylling:** Skrell og kutt gulrøttene i grove biter. Skrell og kutt løken i båter. Fordel gulrøttene, løken og krydderpotetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i omtrent 15 minutter, eller til de er gjennomstekte. Skyll og grovhakk persillen, og vend den inn i de ferdigstekte grønnsakene.
- 3 **Soppsaus:** Legg posen med soppsaus i en kjele med vann. Kok opp, og la den småkoke i omtrent 10 minutter, eller til resten av retten er klar.
- 4 **Ovnsbakte grønnsaker og kylling, fortsettelse:** Stek kyllingen oppå grønnsakene de siste 8–10 minuttene av grønnsakenes steketid, eller til kyllingen er gjennomvarm.
- 5 **Maiskrem:** Sil laken av maisen. Kok opp ½ dl melk og ½ ss smør i en kjele, og tilsett maisen. La det hele småkoke i 2–3 minutter. Kjør blandingen jevn med en stavmikser, og smak til med salt og pepper.
- 6 **Servering:** Skjær kyllingen i skiver før servering.

**Tips fra kokken:** Hvis du synes det blir for tidkrevende å lage maiskrem, kan du steke maisen raskt i en stekepanne med litt smør i stedet. Ta vare på kraften fra kyllingen og ha den i sausen for ekstra god smak.