



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Kyllingbryst med maiskrem, ovnsbakte beter og småpoteter, servert med soppsaus

## Ovnsbakte beter og kylling

2 stk rødbeter  
1 stk gulbete  
300 g småpoteter  
300 g sous vide-  
kyllingfilet med sitron  
og pepper

## Maiskrem

1 pakke maiskorn  
🏠 ½ dl melk  
🏠 1 ss smør

## Soppsaus

½-1 pakke soppsaus

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

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte beter:** Skrell og kutt betene i båter. Skyll potetene. Fordel betene og potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek det hele i ovnen i 20-25 minutter, eller til det er gjennomstekt.
- 3 **Ovnsbakt kylling:** Stek kyllingen på toppen av grønnsakene de siste 8-10 minuttene av grønnsakenes steketid, eller til den er gjennomvarm.
- 4 **Maiskrem:** Sil laken av maisen (se tips). Kok opp ½ dl melk og 1 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 litt salt.
- 5 **Soppsaus:** Varm opp sausen i en liten kjele på middels varme under omrøring. Ha gjerne kraften fra kyllingpakken i sausen.
- 6 Skjær kyllingen i skiver før servering.

**Tips fra kokken:** Hvis du synes det blir for tidkrevende å lage maiskremen, kan du steke maisen raskt i en stekepanne med litt smør i stedet.