



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingbryst med maiskrem, ovnsbakte poteter og pastinakk, servert med soppsaus

Ovnsbakte grønnsaker og kylling

1 stk pastinakk
350 g poteter
300 g Cajun sous vide-kyllingfilet

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 grønnsaker:** Skrell og kutt pastinakken i båter på langs. Skyll og kutt potetene i to. Fordel pastinakken og potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20-25 minutter, eller til de er gjennomstekte.
- 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. 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. Smak til med litt salt.
- 5 **Soppsaus:** Varm opp sausen i en liten kjele på middels varme under omrøring.
- 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.