

Parmesanpanerad kyckling med klyftpotatis och basilikasås

Idag åt vi en lite lyxigare middag än vad vi brukar äta på en måndag. Det var väl värt att vänta på för det var så himla gott! Stefan älskade det och Tim som inte äter parmesanost annars tyckte om kycklingen. Den här rätten hamnar under absoluta favoriter. Längtar till matlådan imorgon :)



Parmesanpanerad kyckling med klyftpotatis och basilikasås

4 portioner

- 500 g kycklingfilé
- 2 dl riven parmesanost
- 1/2 dl ströbröd
- 2 msk vetemjöl
- Salt, peppar
- 1 ägg
- Smör eller margarin till stekning

Sås

1 kruka basilika (frost går också bra)
2 dl crème fraiche
1 vitlöksklyfta

Dela kycklingen i mindre bitar. Blanda parmesanost, ströbröd, mjöl, salt och peppar i en plastpåse. Vispa upp ägget. Vänd kycklingbitarna i ägg och lägg dem sedan i påsen. Blanda runt. Stek kycklingbitarna i omgångar i smör ett par minuter per sida tills de fått fin färg. Lägg de färdigstekta kycklingbitarna på ett ugnssäkert fat och håll dem varma i ugnen, 150 grader, tills alla är klara.

Plocka av basilikabladen och mixa med knappt 1 dl av crème fraichen. Pressa i vitlöken och rör i resten av crème fraichen. Smaka av med salt och peppar. Servera med klyftpotatis och tomat- och löksallad.

TIPS! Krydda klyftpotatisen med salt och lite frost dill innan du stoppar in potatisen i ugnen. Smaken påminner om dillchips!