

Balsamicokyckling i repris

Måste liva upp ett gammalt recept som vi inte ätit på år och dar. Balsamicokyckling gjorde vi mycket för några år sen. Det här är mer till vardags, har ett annat liknande som passar bättre på helgen, baconlindad kycklingfilé med balsamvinägersås.



Balsamicokyckling

4 personer

4 kycklingfiléer, ev. i mindre bitar

1 tsk salt

1 krm svartpeppar

3 dl vispgrädde

2 msk balsamvinäger

2 msk kycklingfond eller 1-2 hönsbuljongtärningar

3 vitlöksklyftor, skivade

4 tomater, i bitar

½ kruka basilika



Bryn kycklingen, salta och peppra. Blanda grädde, vinäger och fond/nersmulad buljongtärning. Häll i pannan och låt sjuda i ca 10 min.

Stek under tiden vitlök och tomaterna lätt i lite olja. Strö över innan servering tillsammans med basilikan.

Man kan också lägga den brynta kycklingen i en ugnform och hälla över såsen och sedan sätta in allt i ugnen i 225° i ca 10 min. Perfekt om man ska göra till fler än fyra personer.

Den här gången åt vi bönpasta (gjort på sojaböner) till. Det var gott, men se till att smaksätta den med till exempel pesto eftersom den är ganska smakfattig i sig. Annars brukar vi servera med klyftpotatis ris.