

INDONESISK KYLLING I FAD

Opskrift til 4 personer

Lad mig præsentere: indonesisk kylling i fad. En ny ven af huset her hjemme, og en virkelig god én af slagsen. Sådan en ven der kommer hver uge. Det her er simpelthen en ny livret. En super nem hverdagsret som bare smager hammer godt.

Forberedelsestid

15 min

Tilberedelsestid

20 min

Samlet tid

35 min

Ingredienser

- 400 g kyllingebryst (inderfilet)
- 1 peberfrugt
- 1 porre
- 2 gulerødder
- 2 fed hvidløg
- 1 banan
- 1 god spsk. karry (ikke stærk)
- 2 små tsk. sambal oelek
- 3 spsk. mango chutney
- 1/2 liter fløde (evt. madlavningsfløde eller kokosmælk)
- 1 tsk. salt + lidt sort peber

TIL SERVERING

- Ris, ananas, banan, persille og salte peanuts

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 200 grader
2. Klargør grøntsagerne (peberfrugt, porre, gulerødder, hvidløg og banan) ved at rengør og hakke dem i ønsket størrelse. Kom dem i bunden af et ovnfast fad
3. Sæt nu ris over i en gryde og kog efter anvisning
4. Tag en dyb pande frem og steg kyllingen i lidt olie, drys med salt og peber. Den skal ikke gennemstege, men blot brunes let.
5. Kom nu karry, sambal oelek, mango chutney og fløde ned til kyllingen og vend det forsigtigt rundt. Drys med salt og peber og kom saucen og kyllingen over grøntsagerne i fadet
6. Stil fadet i ovnen og bag det i 20 minutters tid. Imens kan du klargøre dine toppings
7. Det skulle gerne passe med at ris og kylling i fad er færdigt samme tid – spis med dine toppings