



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Kycklingschnitzel med tomatragu och rostad potatis

Rostad potatis

Potatis 400 g
● Bakplåtspapper 1 st

Tomatragu

Tomat 2 st
Selleristjälk 1 st
Gul lök 1 st
Vitlök 2 klyftor
Tomatpuré 1 förp
● Vatten 1 dl
Örtmix 1 förp
● Socker 2 krm

Kycklingschnitzel

Kycklingfilé 300 g
● Salt ½ tsk
● Svartpeppar 1 krm
Ströbröd 2 förp

Sallad

Ruccola 60 g

Att ha hemma ●

Bakplåtspapper, Olja, Salt, Smör*, Socker, Svartpeppar, Svartpeppar*, Vatten

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostad potatis:** Halvera potatis. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med lite olja, salt och nymald svartpeppar. Rosta mitt i ugnen ca 20 min, tills potatisen är mjuk och fått fin färg.
3. **Tomatragu:** Skär tomat i mindre bitar. Tärna selleristjälk. Hacka gul lök. Hetta upp lite olja i en kastrull och fräs gul lök och pressad vitlök ca 2 min. Tillsätt tomatpuré, tomat, selleri, vatten, örtmix och socker. Koka upp och sjud ca 10 min. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
4. **Kycklingschnitzel:** Dela kycklingfilé horisontellt (dvs. skär så du "viker upp" dem som en bok, men låt gärna sitta ihop och banka ut lite lätt. Krydda med salt och nymald svartpeppar. Häll ströbröd på en tallrik.
5. Vänd kycklingen i ströbrödet så det täcker. Stek sedan på medelvärme i en stekpanna med smör och olja tills den är frasig och gyllenbrun, ca 4 min per sida.
6. Servera nystekt kycklingschnitzel med tomatragu, rostad potatis och ruccola.