



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingfilet med urter, mozzarella og ovnsbakte potetskiver

Ovnsbakte grønnsaker

350 g poteter
1 stk rødløk
1 stk rød paprika

Kyllingfilet med urter og mozzarella

1 pakke fersk mozzarella
300 g kyllingfilet
½ pakke urtemiks

Ruccolasalat

60 g ruccola
1 stk tomat

olje ^B
olivenolje ^B
salt ^B
pepper ^B
bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Skyll og kutt potetene i skiver. Skrell og kutt rødløken i båter. Skyll, rens og kutt paprikaen i grove biter. Fordel det hele på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 20–25 minutter, eller til potetene er gylne og gjennomstekte.
3. **Kyllingfilet med urter og mozzarella:** Hell laken av mozzarellaen, og kutt den i tynne skiver. Krydre kyllingen med litt salt og pepper. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 2 minutter på hver side, til den er gyllen. Skjær kyllingfileten i to på langs, men ikke helt igjennom. Krydre kyllingen med urtemiksen og fyll den med mozzarellaen. Legg kyllingen over i en ildfast form, og stek den i ovnen i 10–15 minutter. Steketiden avhenger av størrelsen på kyllingfiletene.
4. **Ruccolasalat:** Skyll og tørk ruccolaen. Skyll og kutt tomaten i terninger. Bland sammen ruccolaen, tomatterningene og litt olivenolje i en salatbolle.

TIPS!

Sett inn et steketermometer der kyllingen er på sitt tykkeste, og stek den videre i ovnen til kjernetemperaturen ligger på 65 grader. La kyllingen hvile i 5–10 minutter, før du skjærer den i skiver. .