



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Paprika-chili kylling med tabouleh og sød chilidip

Bulgur

125 g bulgur

Paprika-chili kylling

1 fed hvidløg
1 pose rasp
1 tsk paprika
½ tsk chiliflager
300 g kyllingeinderfilet

Tabouleh

1 stk tomat
1 fed hvidløg
1 bundt forårsløg
½ stk citron
1 pk tranebær
1 tsk paprika

Sød chili dressing

2½ spsk sød chilisaUCE
1 dl creme fraiche 18%

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b
olie ^b
olivenolie ^b

^b basisvare

- 1. Bulgur:** Kog bulguren efter anvisningerne på pakken.
- 2. Paprika-chili kylling:** Pres hvidløg og bland med rasp, første portion paprika, chili (undlad eller reducer mængden, hvis du ikke vil have det så stærkt), ½ tsk salt og friskkværnet peber i en plastpose. Skyl kyllingefileterne i koldt vand og vend dem med paneringen i posen. Sørg for, at de alle bliver dækket godt med panering.
- 3. Paprika-chili kylling fortsættelse:** Steg kyllingen i ½ spsk olie på en slip-let pande ved middel varme ca. 8 min. i alt. Vend dem jævnlige.
- 4. Tabouleh:** Skyl og skær tomat i små tern. Hak hvidløg fint og skær forårsløg i tynde skiver. Bland det hele med bulgur, tranebær, 1 spsk olivenolie, citronsaft og paprika.
- 5. Sød chili dressing:** Rør sød chilisaUCE med creme fraiche og server dippen til den stegte kylling sammen med tabouleh.