



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Krämig mezze maniche med kycklingfilé, dragon och parmesan

### Tomatsallad

Tomat 2 st  
Bladpersilja 10 g  
● Salt 1 krm

### Kyckling- och dragonsås

Gul lök 1 st  
Vitlök 1 klyfta  
Kycklingfilé 300 g  
● Salt 1 krm  
● Vetemjöl 2 tsk  
Vitvinsvinäger 15ml 1 påse  
Torkad dragon 2 tsk  
● Vatten 2 dl  
Kycklingbuljong ½ påse  
Vispgrädd 1 dl

### Till servering

Mezze maniche rigate 200 g  
Bladpersilja 10 g  
Parmesanost 1 bit

### Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Svartpeppar, Vatten, Vetemjöl

1. Koka upp rikligt med lättsaltat vatten i en kastrull till pastakoket i steg 4.
2. **Tomatsallad:** Skär tomat i mindre bitar. Grovhacka bladpersilja. Lägg allt i en skål och blanda med olivolja, salt och lite nymald svartpeppar.
3. **Förberedelse:** Finhacka gul lök och vitlök. Skär kycklingfilé i mindre bitar, ca 3x3 cm.
4. Koka pasta enligt tidsangivelsen på förpackningen. Häll av pastan men spara ca 1 dl av pastavattnet.
5. **Kyckling- och dragonsås:** Hetta upp olivolja i en rymlig stekpanna eller stekgryta. Fräs kycklingen runtom ca 3 min. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Tillsätt lök och vitlök, fräs ytterligare ca 1 min. Tillsätt vetemjöl och blanda runt. Blanda ner vitvinsvinäger, torkad dragon, vatten och smulad kycklingbuljong. Låt sjuda ca 5 min. Tillsätt grädd och sjud ytterligare ca 2 min. Smaka av med salt och nymald svartpeppar.
6. Blanda nykokt pasta med kyckling- och dragonsås. Späd med lite pastavatten till önskad konsistens.
7. Grovhacka bladpersilja och finriv parmesanost. Toppa pastan med parmesan och persilja. Servera med tomatsallad.