



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingstrimler i tomatisert grønnsaksratatouille med balsamico og ris

Ris

135 g jasminris

Kylling i ratatouille

1 stk rødløk

1 stk rød paprika

1 stk squash

300 g strimlet kyllingfilet

1 pakke urtemiks

1 boks hakkede tomater

1 pakke hønsebuljong

1 pakke balsamicovinaigrette

½ ss smør* ^B

1 dl vann ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Ris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Kylling i ratatouillesaus: Skrell rødløken, skyll og rens paprikaen og squashen. Kutt grønnsakene i terninger.

3. Kylling i ratatouillesaus, fortsettelse: Varm opp en stor stekepanne til middels høy varme, og ha litt olje og ½ ss smør. Stek kyllingstrimlene i 2 minutter, til de har fått litt farge. Legg kyllingen over på en tallerken. Ha litt mer olje i stekepannen, og stek grønnsakene i omtrent 2 minutter, til de er blanke. Krydre med urtemiksen, salt og pepper. Tilsett de hakkede tomatene, hønsebuljongen, balsamicovinaigretten, 1 dl vann og kyllingen. Kok opp og la gryten småkoke i omtrent 5 minutter. Smak til med salt og pepper.



TIPS!

Tilsett litt mer vann om sausen blir for tykk.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernæringsalternativ