



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 30-40 min 👤 2 porsjoner

GL 145_2

Stekt kyllingbryst med spinatrisotto, bakt brokkoli og grønn pesto

Spinatrisotto

1 stk sjalottløk
50 g spinat
150 g risottoris
1 pakke hønsebuljong
½ pakke revet Grande Premium
4½ dl vann ^B
1 ss smør* ^B

Bakt brokkoli

½-1 stk brokkoli

Stekt kyllingbryst

300 g kyllingbryst

Tilbehør

1 pakke grønn pesto
½ pakke revet Grande Premium

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

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
2. **Spinatrisotto:** Skrell og finhakk sjalottløken. Skyll og tørk spinaten.
3. **Bakt brokkoli:** Kutt brokkolien i buketter og skrell og kutt stilken i skiver. Fordel brokkolibukettene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek brokkolien i ovnen i 15-20 minutter.
4. **Spinatrisotto, fortsettelse:** Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek sjalottløken og risen i et par minutter, til løken er blank. Tilsett hønsebuljongen og 4½ dl vann, og la risottoen småkoke på middels varme i 15-18 minutter. Rør om innimellom. Vend inn 1 ss smør, spinaten og halve pakken med revet Grande Premium når risen er ferdigkokt. Smak til med salt og pepper.
5. **Stekt kyllingbryst:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i omtrent 3 minutter på hver side, til den har en gyllen stekeskorpe.
6. **Stekt kyllingbryst, fortsettelse:** Krydre kyllingen med salt og pepper, og legg den på stekebrettet sammen med brokkolien når det gjenstår omtrent 8 minutter av brokkoliens steketid. Stek brokkolien og kyllingen ferdig sammen (se tips). La kyllingen hvile i 3 minutter før servering.
7. **Tilbehør:** Server pestoen til retten, og dryss over resten av den revne osten.

TIPS!

Stikk gjerne et steketermometer i den tykkeste delen av en av filetene, og stek til kjernetemperaturen viser 68 °C.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaivenlia alternativ