



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Crispy chicken med kryddiga pommes château och grönsaker

## Kryddiga pommes château

- Potatis 400 g
- Bakplåtspapper 1 st
- Paprikapulver ½ tsk
- Salt 2 krm

## Vitlöksyoghurt

- Rödlök ½ st
- Matyoghurt 150 g
- Vitlök 1 klyfta
- Salt 1 krm

## Crispy chicken

- Vetemjöl\* ½ dl
- Ägg 1 st
- Panko ¾ dl
- Kycklingfilé 300 g
- Salt ½ tsk

## Grönsaker

- Romansallad ½ st
- Tomat 1 st
- Rödlök ½ st

## Att ha hemma ●

- Ägg, Bakplåtspapper, Olja, Salt, Svartpeppar, Svartpeppar\*, Vetemjöl\*

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Kryddiga pommes château:** Skär potatis i klyftor. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Blanda med lite neutral olja, paprikapulver och salt. Rosta högt upp i ugnen ca 20 min, rör om efter halva tillagningstiden.
3. **Vitlöksyoghurt:** Finhacka rödlök och lägg i en skål. Blanda med matyoghurt, pressad vitlök, salt och lite nymald svartpeppar.
4. **Crispy chicken:** Ta fram tre tallrikar. Lägg vetemjöl på en tallrik. Vispa upp ägg på en annan tallrik och lägg panko på en tredje tallrik.
5. Skär kycklingfilé i mindre bitar. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Vänd kycklingen först i vetemjöl, sedan i ägg och slutligen i panko. Hetta upp rikligt med neutral olja i en rymlig stekpanna. Stek kycklingen frasig på medelvärme ca 5 min per sida, tills kycklingen är helt genomstekt.
6. **Grönsaker:** Strimla romansallad. Klyfta tomat och skiva rödlök tunt
7. Servera nystekt crispy chicken med kryddiga pommes château, vitlöksyoghurt och grönsaker.