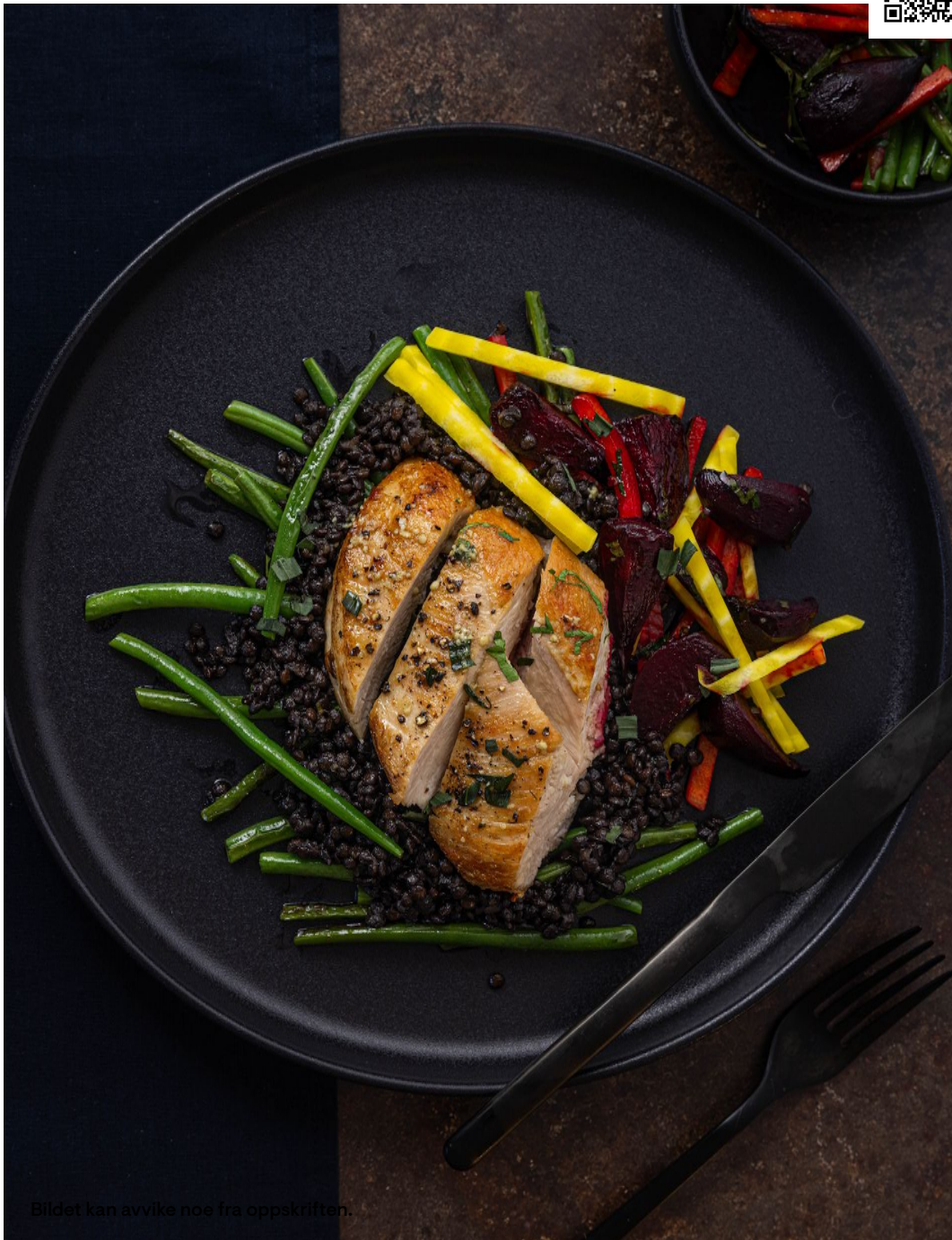




Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 30 - 40 min 👤 2 porsjoner

Pannestekt kyllingbryst og belugalinse-cassoulet, servert med bakte beter og trøffelsmør

Beter

2 stk rødbeter
½-1 stk gulbete
½-1 pakke honning
1 bunt bladpersille
🏠 1 ts eplesider-,
hvitvins- eller blank
eddik

Linsecassoulet

1 pakke hønsebuljong
1 stk sjalottløk
1 stk hvitløksfedd
½-1 bunt estragon
125 g belugalinser
1 pakke Grana Padano
🏠 1 ss smør*
🏠 4-6 dl vann

Kyllingbryst og aspargesbønner

150 g grønne bønner
300 g kyllingbryst
🏠 1 ss smør*

Trøffelsmør

1 pakke kryddersmør
1 pakke trøffelolje

🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olje
🏠 olivenolje

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft. Kok opp 6 dl vann i en kjele sammen med hønsebuljongen.
- 2 **Beter:** Skrell alle betene. Kutt gulbeten i tynne strimler, og rødbetene i båter. Skyll persillen, og plukk bladene av stilkene. Ha rødbetene i en ildfast form, og ha over honningen, litt olje, salt og pepper. Stek rødbeten i ovnen i omtrent 25 minutter. Legg gulbeten og persillen i en bolle, og vend inn litt olivenolje, 1 ts eddik, salt og pepper rett før servering.
- 3 **Linsecassoulet:** Skrell og finhakk sjalottløken og hvitløken, og skyll og finhakk estragonbladene. Skyll linsene i kaldt vann. Varm opp en gryte til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken og hvitløken i omtrent 2 minutter. Tilsett linsene og 4 dl av buljongen fra punkt 1, og gi det et oppkok. Kok linsene i 16-18 minutter, til de er møre og har ønsket konsistens, gjerne litt flytende. Spe med resten av buljongen om nødvendig.
- 4 **Kyllingbryst og aspargesbønner:** Skyll og kutt vekk endene på bønnene. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Krydre kyllingen med salt og pepper, og stek den i 2 minutter på hver side, til den er gyllen. Tilsett 1 ss smør mot slutten av steketiden, og øs smøret over kyllingen med en skje. Legg kyllingen i en ildfast form, og stek den i ovnen i 10-12 minutter. Stek bønnene i fettet i stekepannen på høy varme i omtrent 2 minutter, og krydre med litt salt og pepper. La kyllingen hvile i 5 minutter før den kuttes i skiver.
- 5 **Linsecassoulet, fortsettelse:** Finriv Grana Padanoen på et rivjern over linsecassouleten, og vend den inn sammen med 1 ss smør og ønsket mengde av estragonen. Smak til med salt og pepper.
- 6 **Trøffelsmør:** Smelt kryddersmøret i en liten kjele på lav varme, og vend inn ønsket mengde av trøffeloljen.

* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allergivenlig alternativ