



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 25 - 35 min 👤 2 porsjoner

Posjert kylling med blomkålkrem, beter og timianbakte poteter

Timianbakte poteter

350 g poteter
½ bunt timian

Posjert kylling

300 g kyllingbryst
1 pakke hønsebuljong
½ bunt timian
🏠 1 l vann

Beter

1 stk rødbete
1 stk gulbete
½–1 stk sjalottløk
1 pakke
balsamicovinaigrette

Blomkålkrem

1 stk blomkål
1 pakke kokestabil
matfløte

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)
🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olje

- 1 Varm opp stekeovnen til 225 grader varmluft.
- 2 **Timianbakte båtpoteter:** Skyll og del potetene i båter. Fordel potetbåtene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i øvre del av ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og gjennomstekte. Skyll timianen, og dra bladene av stilkene. Spar på stilkene. Vend inn timianbladene med potetene de siste 5 minuttene av steketiden.
- 3 **Posjert kylling:** Skyll timianen, og dra bladene av stilkene fra forrige punkt. Legg bladene til side. Kok opp 1 liter vann i en kjele, og tilsett buljongen og timianstilkene. Ha i kyllingbrystene, dekk med lokk og skru av varmen. La kyllingen trekke i buljongen i 15 minutter, eller til resten av retten er klar. Kutt kyllingen i skiver før servering.
- 4 **Beter:** Skrell betene, og kutt dem i munnstore biter (se tips). Ha betene i en ildfast form og vend inn litt olje, salt og pepper. Bak dem under potetene i ovnen i 15–20 minutter. Skrell og finhakk sjalottløken. Vend inn balsamicovinaigretten og sjalottløken når det gjenstår 5 minutter av betenes steketid.
- 5 **Blomkålkrem:** Del blomkålen i små buketter, og ha dem i en kjele sammen med fløten. Kok opp, skru ned til middels varme og legg på et lokk. La blomkålen småkoke i 10–12 minutter, eller til den er gjennomkokt. Kjør blomkålen til en jevn krem med en stavmikser og smak til med salt.

Tips fra kokken: Det er lurt å bruke engangshansker, forkle og plastfjøl når du jobber med rødbeter for å unngå at fargen smitter over på hender og klær.