



Notera att ingredienser kan avvika från bilderna.

# Ugnsbakad kyckling med senapssås och tomatsallad

## Senapssås

- Vetemjöl ½ msk
  - Mjök 2 dl
- Vispgrädd 1 dl  
 Kycklingbuljong ½ påse  
 Torkad dragon ½ msk  
 Dijonsenap 2 tsk
- Socker 1 krm
  - Vitvinsväger 1 tsk

## Ugnsbakad kyckling

- Kycklingfilé 300 g
- Salt ½ tsk

## Tomatsallad

- Tomat 2 st  
 Bananschalottenlök 1 st
- Vitvinsväger 1 tsk

## Till servering

- Potatis 400 g  
 Broccoli 1 st

## Att ha hemma ●

- Mjök, Olivolja, Salt, Smör,  
 Socker, Svartpeppar,  
 Vetemjöl, Vitvinsväger

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. Koka potatis mjuk i lättsaltat vatten. Skär broccoli i små buketter och låt koka med potatisen de sista 2 min.
3. **Senapssås:** Smält lite smör i en kastrull. Pudra över vetemjöl. Vispa ner mjök (lite i taget), vispgrädd, kycklingbuljong, torkad dragon, dijonsenap, socker och vitvinsväger. Sjud ca 4 min.
4. **Ugnsbakad kyckling:** Dela kycklingfilé på längden. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Bryn kycklingen på hög värme ca 2 min per sida. Lägg i en smord ugnform och håll över senapssåsen. Tillaga mitt i ugnen ca 8 min, tills kycklingen är helt genomstekt.
5. **Tomatsallad:** Tärna tomat och finhacka bananschalottenlök. Lägg allt i en skål. Blanda med vitvinsväger, lite salt och nymald svartpeppar.
6. Servera ugnsbakad kyckling med senapssås, kokt potatis, broccoli och tomatsallad.

**TIPS!** Om du har, använd gärna en stektermometer.