KLIMAKOKKENE

FILIPPAS KYLLINGSALAT

6A, BIRKENLUND SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

2	ss	margarin
1	stk	nepe
2	dl	rømme
2	stk	kyllingfileter
0.5	ts	gurkemeie
1	stk	avocado
50	g	smør
150	g	gulost
3	dl	grønnsakbuljong
1	stk	ruccolapakke
3	dl	couscous
2	stk	hvitløksfedd
4	stk	soltørkede tomater

SLIK GJØR DU:

1. Del kyllingfiletene i to på langs. Stek dem i 3-4 min på hver side. La hvile i 3-4 min.
2. Kok opp buljong og smør. trekk kjelen til side og ha i gurkemeie og couscous. Rør, legg på lokk, og la svelle i 5 - 10 min.
3. Del og skrell nepen. Finhakk hvitløken.Grovhakk salaten. Skjær osten i små terninger. Bland alt dette med couscousen.
4. Finhakk de soltørkede tomatene og bland dem i rømmen til dressing.
5. Server salaten på tallerken med kyllingfilet og rømmedressing på toppen.