



KYLLING I FLØDE-KAPERSSAUCE

4 PERSONER

En rigtig luksus kyllingeret til søndagsfrokosten med familien. Den smager herligt og har masser af sødme og syrlighed

INGREDIENSER

1 hel kylling
1/4 l piskefløde
1 bundt bredbladet persille
1 bundt forårsløg
1 spsk. æblecidereddike
2 spsk. kapers

400 g pastinakker
4 spsk. olivenolie
80 g valnødder
1 bakke feldsalat
4 spsk. syltede rødløg.

TILBEREDNING

Tænd ovnen på 200°C.
Kom valnødderne i en minihakker og kør til de bliver til groft mel a la kokosmel.
Skær pastinakkerne i pomfritlignende skiver. Kom på bagepapir og vend i olie og valnødder.
Parter kyllingen.
Varm en stor pande op og kom lidt olie på panden.
Steg kyllingen på alle sider i panden, til porerne lukker sig.
Giv 2 dl vand til panden og lad kyllingen simre. Imens hakker du persille og forårsløg groft.
Tilsæt begge dele til panden sammen med æblecidereddike og kapers og lad simre videre i cirka 20 minutter. Smag til med salt, men husk at kapers er meget salte i smagen.
Sæt nu pastinakkerne i ovnen, de skal have cirka 15 minutter.
Når kyllingen er 10 minutter fra at være færdig, tilsætter du fløden. Skru ned, så den lige akkurat simrer.

Rens imens feldsalaten og arranger sammen med syltede rødløg og pastinakker.

Server kyllingen sammen med pastinaksalaten.