



## KYLLINGEFRIKADELLER MED CITRONBAGTE GULERØDDER

4 personer

*Stegte kyllingefrikadeller er en ny og let måde at servere frikadeller. Her passer både gulerødder og kartoffelmos sig selv i ovnen, og imens kan du trylle sprøde kartoffel-chips ud af kartoffelskrællerne - kartoffelskræls-chips kan bruges som en lille snack, eller som sprødt modspil i form af topping på den bagte jordskok-kartoffelmos*

### INGREDIENSER

400 g stegte Gårdkylling frikadeller  
8 gulerødder, gerne i forskellige farver  
Saft og skal af 1 citron  
1 spsk. flydende honning  
1 spsk. olie  
2 spsk. frisk timian  
 $\frac{1}{2}$  tsk. salt  
2 spsk. nigellafrø  
50 g feta  
400 g kartofler  
200 g jordskokker  
25 g smør  
1 dl mælk  
Salt, peber

### TILBEREDNING

Tilbered kyllingefrikadellerne efter anvisning på emballagen.

Del gulerødderne på langs i halve eller kvarte, vend dem med citronsaft og skal, flydende honning og olie. Bred gulerødderne ud på en bageplade beklædt med bagepapir, hak timian og drys den over gulerødderne og bag dem i ovnen ca. 25 min. ved 200°C. Drys med salt, nigellafrø og smuldret feta lige inden servering

Vask og skræl kartofler (gem skrællerne) og jordskokker og skær dem i skiver. Kom både kartofler og jordskokker i en gryde med vand, og kog indtil de er bløde og møre ca. 20 min. Hæld kogevandet fra (gem 2-3 dl til mosen) og tilsæt smør i den varme gryde. Mos nu kartofler og jordskokker og tilsæt mælk. Rør det hele godt sammen, tilsæt evt. lidt af kogevandet, hvis mosen er for tyk. Smag til med salt og peber, og fordel mosen i et oliepenslet ildfast fad. Drys med hasselnøddeflager og bag i ovnen ca. 20 min. ved 200°C

Evt. 2 spsk. hasselnøddeflager

Kartoffelskræller

1-2 dl olie

1 tsk. salt

4 bananskalotteløg

1 spsk. rapsolie

1 dl æblecidereddike

$\frac{1}{2}$  dl rørsukker

$\frac{1}{2}$  dl vand

Evt. ærteskud til pynt

Tør kartoffelskrællerne med køkkenrulle. Opvarm olien i en lille gryde og steg kartoffelskrællerne til de er gyldne og sprøde. Læg dem på fedtsugende papir og drys med salt.

Skær skalotteløg i tykke skiver (ca. 1 cm) og steg dem ved høj varme i rapsolie indtil de har taget lidt farve.

Tag løgene af varmen og lad dem køle lidt af. Opvarm æblecidereddike med rørsukker og vand, og hæld lagen over de stegte løg. Lad løgene trække i lagen ca. 1/2 time inden servering.

Server kyllingefrikadellerne med citronbagte gulerødder med feta, bagt jordskok-kartoffelmos toppet med ærteskud og sprøde kartoffelskræller samt stegte, letsyltede skalotteløg.

**TIP:** *Jordskok-kartoffelmosen kan sagtens tilberedes med andre rodfrugter end jordskokker - f.eks. smager persillerødder, pastinakker eller selleri super godt i kartoffelmos. Kniber det lidt med tiden, kan mosen også fint serveres uden at have været en tur i ovnen først.*