



## HEL KYLLING MED CREMET RISOTTO OG SPRØDE TOPPINGS

4 PERSONER

*Sprøde toppings af salte grønkålschips og bagte parmesanflager ovenpå en blød og cremet risotto, giver et på én gang blødt, cremet og sprødt modspil til kyllingen.*

### INGREDIENSER

- 1 cook in the bag kylling
- 1 spsk. olivenolie
- 1 løg
- 1 spsk. frisk timian
- 400 g fuldkorns risottoris
- 1 liter grøntsagsbouillon
- 1 spsk. smør
- 200 g champignon
- 100 g østershatte
- 1 porre
- Salt og friskkværnet peber
- 1 dl. hakket persille
- 1 dl. friskrevet parmesan
- 1 dl. friskrevet parmesan
- 4 blade frisk grønkål

### TILBEREDNING

Tilbered kyllingen efter anvisningen på emballagen.

Varm olie op i en gryde. Hak løg og timian fint og svits det i den varme olie sammen med risottoris 1-2 minutter, uden at det tager farve. Hæld grøntsagsbouillon på, og kog ved svag varme ca. 20 minutter til risene er møre.

Smelt smør på en pande. Skær champignons og østershatte i mindre stykker, skær porren i tynde skiver og steg det hele i smør 4-5 minutter ved middelvarme. Drys med lidt salt og friskkværnet peber.

Vend svampe og porre i risene sammen med hakket persille og revet parmesan, og smag evt. til med lidt mere salt og friskkværnet peber.

Fordel fintrevet parmesan i små flager på et stykke bagepapir, og bag dem i ovnen ca. 10 minutter ved 175°C til de er let gyldne. Lad dem afkøle på bagepapiret, så de bliver helt sprøde.

Skær den midterste grove stilk fra grønkålen, og

3 spsk. olivenolie

1 spsk. flagesalt

skær bladene i mindre stykker. Læg dem i en frostpose sammen med olivenolien. Luk for posen, så der er luft i den, og ryst indholdet godt rundt, så olien bliver fordelt. Bred grønkålsstykkerne ud på en bageplade med bagepapir i ét lag, og drys med flagesalt. Bag dem i oven ca. 15 minutter ved 150°C til de har taget lidt farve og er blevet sprøde. Hold godt øje med dem, de må endelig ikke blive for mørke.

Server kyllingen med risotto, grønkålschips og bagte parmesanflager.

**TIP:** Grønkål som snack? Lav en stor portion grønkålschips, de smager nemlig også fantastisk bare som en sprød snack og de kan sagtens holde sig nogle dage, hvis de opbevares i en lufttæt boks.