inköpslistan.se

Av: Iréne

6 port

Kyckling, Huvudrätt, Fest

FYLLDA KYCKLINGFILÉER MED SMAK AV MEDELHAVET*

Ingredienser

6 st kycklingfile
2 pkt bacon
smör *(för stekning)*
20 st soltorkade tomater
1 kruka basilika
1 dl vitlök, marinerad *(chilimarinerade)*
2 krm svartpeppar

Gör så här

Sätt ugnen på 200°C.

Gör en ficka i varje filé eller snitta upp dem så det går att fläka ut dem till en "platta".

Blanda samman alla ingredienser till fyllningen i en matberedare. Mixa till en ganska grov konsistens. Tillsätt eventuellt lite olivolja så mixen blir lagom tjock.

Fördela fyllningen på filéerna och vik ihop dem till paket. Linda baconskivor runt och fäst med en tandpetare.

Bryn dem runt om i lite smör i en stekpanna tills de fått färg och lägg dem sedan i en ugnssäker form. Hit kan de förberedas.

Sätt in i ugnen tills de är genomstekta, ca 20 minuter.

Servera med hemgjorda potatisklyftor eller ris, sallad och "Rosa sås" (se recept under såser)