

- ▮ 4 port
- ▮ Kyckling, Huvudrätt, Lättlagat

bild saknas

MANGOCHUTNEY KYCKLING

Ingredienser ▮

4 st kycklingfile
1 msk margarin
1 tsk salt
1 krm svartpeppar, grovm.
4 dl creme fraiche, lätt
1 dl mango chutney
1 tsk curry
2 klyftor vitlök
3 dl ris, basmati

Gör så här ▮

Ugnsvärme 200 grader

Stek kycklingfiléerna i margarin. Salta och peppra. Lägg i en smord ugnsfast form.

Blanda cremefraiche, mangochutney, curry och pressad vitlök.
Lägg röran ovanpå kycklingen.

In i ugnen cirka 20-25 minuter.

Koka riset.