



M unkebo
M and
M ad, der simrer

13. december 2018

Frokostret

Kyllingesalat med æbler, bacon og karry dressing (2 personer).

Ingredienser: 2 kyllingebrystfileter, 2 spsk. olivenolie, 1 spsk. smør, 1 romainesalat eller 125 g blandede babysalat, 1 håndfuld rucola, 1 stort æble, skåret i tern, 1 rødløg i tynde ringe, 1 dl. finthakket purløg, 1 bundt dild, 60 g sprødstegt god bacon, Flagesalt og friskkværnet peber. **Dressing:** 1 dl. cremefraiche 18%, 2-3 spsk. god mayonnaise, 1 tsk. karry, 1 tsk. honning eller kokossukker, 1 tsk. æbleeddike, flagesalt og friskkværnet peber.

Krydr kyllingebrysterne med salt og peber og steg dem derefter på den pande, hvor baconen er stegt på, tilsæt ekstra smør og olivenolie, og steg ved middelvarme til kyllingekødet er gennemstegte.

Lad det køle af og skær derefter kyllingekødet i tern eller tynde skiver.

Rør dressingen sammen og smag til.

Tag lidt æble, bacon, rødløg, dild og purløg fra til selve anretningen – og vend derefter resten af salaten sammen i en stor skål med dressingen.

Anret salaten på et fad og fordel lidt rødløg, æbletern, bacon og purløg over inden servering.

