



**M** unkebo  
**M** and  
**M** ad, der simrer

16. maj 2024

## Hovedret

### Hønsfrikassé med nye kartofler (6 personer).

**Ingredienser:** 1 kylling ca. 1400g, ca. 1,5 l vand (skal dække kyllingen), 1 spsk salt, suppevisk (porretop, timian, laurbær, persillekvist), 6 gulerødder (600 g), 6 porrer.

#### Sådan gør du:

Skyl kyllingen. Sæt kyllingen i vand, så den er dækket, kogetid ca. 1,5 time. Skum suppen, når den koger.

Skræl og flæk gulerødderne. Skær top og bund af porrerne og halver dem. Skyl grønsagerne.

Tilsæt suppen salt, suppevisk, gulerødder og porrer. Dæmp varmen, så suppen simrer. Tag gulerødder og porrer op, når de er møre (ca. 20 min.). Kog videre indtil kyllingen er mør.

Begynd på sauce, når de møre grøntsager er taget op af suppen.

Kartoflerne skylles og bringes i kog i saltet vand. Koger 10 min., hvorefter der slukkes for varmen og kartoflerne står yderligere 10 min. i det varme vand. Prøv om de er møre.

#### **Frikassesauce:**

**Ingredienser:** Suppe, 30 g smør, 4 spsk hvedemel, salt og peber, 250 g ærter, hakket persille.

Lav en opbagning af smør og mel og rør det godt sammen. Tilsæt lidt suppe og rør hver gang sauceen jævn. Lav sauceen færdig, når den møre kylling er taget op. Når sauceen har den rette konsistens, skæres gulerødder og porrer i skiver og kommes i sauceen sammen med ærterne. Smag til med salt.

Kyllingen parteres og deles i passende stykker. Kød og sauce kan serveres hver for sig eller i samme fad. Drys med persille.

