**Title**

Gratinerad kyckling med ris

**Description**

Ugnsgratinerad kyckling som serveras med fluffigt ris. Äts tillsammans med en krämig sås gjord på basilika. Morötter och cosmopolitansallad ger en fin krispighet till maträtten. Bon appétit!

**Ingredients**

4 kycklingfiléer

1 tsk olivolja

salt och peppar

2 1/2 dl matlagningsgrädde

1/2 dl ketchup

1 msk senap

1/2 kruka basilika

Tillbehör

4 port ris

1/2 cosmopolitansallad

3 morötter

**Instructions**

Sätt ugnen på 225°C.

Stek kycklingen i olja i en stekpanna ca 3 minuter på varje sida. Krydda med salt och peppar. Lägg kycklingen i en ugnssäker form.ER

Koka upp grädden med ketchup och senap. Grovhacka basilikan och rör ner den i såsen, smaka av med salt och peppar. Häll såsen i formen och sätt in mitt i ugnen tills innertemperaturen är 72°C, ca 15 minuter.

Tillbehör: Koka riset enligt anvisningen på förpackningen.

Lossa bladen från salladen. Skala och skär morötterna i stavar.

Servera kycklingen med ris, sallad och morötter.

**Image**

