



Foto: Ulrika Pousette

Lavendel- och salviamarinerade kycklingspett med fröpotatis och dillfärskost

Ett recept från Allt om mat

Ingredienser

8 person(er)

Tillagning

1,2 kg	kycklingfilé
4 st	vitlöksklyftor
1 msk	lavendel, hackad (blad och blommor)
2 tsk	salvia, hackad
1 dl	olivolja
1 msk	salt

Dillfärskost:

1 l	filmjök
1 dl	crème fraiche
2 msk	dill, hackad
1 tsk	salt

Potatis:

1,2 kg	färskpotatisar, små
2 tsk	dillfrön
2 tsk	fänkålsfrön
2 tsk	kummin, hel
1 msk	havssalt, grovt
0,5 dl	olivolja

Sallad:

1 msk	flädersaft, konc
1 msk	citron, pressad
2 msk	olivolja
250 g	körbärstomater
3 st	avokador
250 g	salladskott, blandade
2 tsk	flingsalt

Torkad lavendel kan man hitta i hälsokostbutiker, saluhallar och kryddbodar.

1. Dillfärskost: Koka upp vatten i en stor kastrull och lägg i det öppnade filmjökspaketet. Sjud filmjökspaketet ca 45 min. Öppna varsamt och håll filmjölken i en silduk eller kaffefilter. Låt stå i kylskåpet ca 12 timmar.
2. Mixa crème fraiche och dill slätt. Blanda med färskostmassa och salt. Låt osten stå i kylskåpet ca 1 timme före servering.
3. Kyckling: Tärna kycklingfiléerna och trä upp på grillspett. Skala och skiva vitlöken. Blanda vitlök, lavendel, salvia och olivolja. Häll blandningen över kycklingen och marinera i kylskåpet ca 1 timme.
4. Potatis: Sätt ugnen på 225°. Skölj potatisen och låt den rinna av. Vänd potatisen i kryddor, salt och olivolja i en stor ugnssäker form. Tillaga potatisen mitt i ugnen ca 30 min.
5. Sallad: Blanda flädersaft, citronsaft och olja till salladen. Halvera tomaterna. Skala, kärna ur och skär avokadorna i mindre bitar. Blanda tomat och avokado med dressing.
6. Salta och grilla kycklingspetten 8-10 min runt om tills kycklingen är genomstekt och har fin färg.
7. Blanda ner salladskotten i salladen. Krydda med flingsalt. Servera



PASSAR TILL:

**Clairet du Château de
Lisennes**

Pris: 79 kr

Sök annat vin här

kycklingspetten med fröpotatis,
dillfärskost och sallad.