

Ostefyllt kyllingbryst med smørstekt nykål og bacon



Her kommer litt middagsinspirasjon i sommervarmen! En enkel og smakfull rett som du raskt kan tilberede uten for mye fuzz. Kylling fylt med deilig pepperostblanding og sommerens nykål med bacon, vårløk og en skvis sitron. KOS DEG!

Sommerkylling:

(nok til fire)

100 g kremost med pepper

3 ss creme fraiche

10 g finrevet parmesan

1 hvitløksfedd, knust

en håndfull bladpersille, finhakket

finrevet skall av en (økologisk) sitron, samt litt av saften

4 kyllingbryst

2 ss olivenolje, pluss litt ekstra til å smøre formen

100 g bacon, i småbiter

1 nykål, delt i fire og strimlet

6 vårløk, i skiver

en god ss meierismør

Sett ovnen på 220 grader. Finn frem en bolle og rør sammen persille, kremost, creme fraiche, hvitløk, parmesan og sitronskall. Skjær et dypt snitt i kyllingfileten (ikke skjær helt igjennom) og dytt inn en fjerdedel av ostemassen inn i kyllingen. Prøv å dytt igjen så godt du kan. Legg de ferdig fylte filetene i en smurt ildfast form. Drypp over litt olivenolje og krydre med salt og pepper. Stek midt i ovnen i 20 minutter.

I mellomtiden steker du bacon sprøtt i 1 ss olivenolje. Sett på en stor kjele med vann pluss litt salt og kok opp. Ha i kålen og la den koke i to minutter. Hell av vannet i et dørslag og ha kålen over i stekepannen sammen med vårløk, smør og litt sitronsaft. Stek et par minutter og kvern over litt pepper. Server kylling med kål og kanskje en sitronbåt. SPIS!

