

Gulerodsfad med kyllingefilet

4 personer.

750 g. gulerødder

1½ dl. revet emmentaler

2 spsk. frisk oregano

olie og salt og peber

Tilbehør:

4 kyllingefileter

1 teske salt

kværnet peber

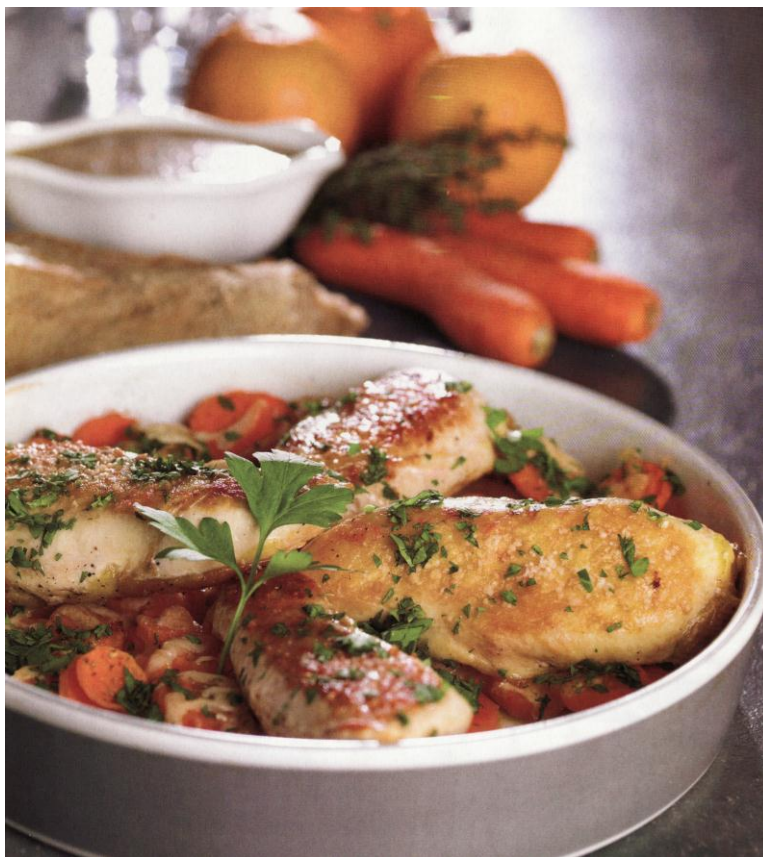
olie til stegning

Sauce:

1,5 dl. hønsebouillon

2 spsk. grov sennep

1 dl. fløde



Skræl gulerødderne og skær dem i tynde skiver. Læg skiverne i et oliepenslet fad. Tilsæt ost, oregano, olie, salt og peber. Sæt fadet i ovnen ved 225° i 20 min. Krydr kyllingefileterne med salt og peber og brun dem på panden i olivenolie. Steg derefter videre i 5 minutter under låg. Læg fileterne på gulerødderne og sæt fadet tilbage i ovnen i ca. 10 minutter. Kyllingefileternes indertemperatur skal være 70°.

Sauce: Rør bouillon og sennep sammen i en lille gryde og bring i kog. Tilsæt fløden, varm igennem og smag til med slat og peber. Server med godt brød.