

Kylling med æble - og peberrodshvidkål

2 personer

Ingredienser:

- 2 kyllingebryster
- salt og peber
- 1 æble
- 2 tsk. hakket frisk timian
- 4 skiver seranoskinke
- 300 gr. hvidkål
- 4 dl. hønsebouillon
- 1 dl. fløde 9%
- 2 spsk. hvedemel
- 2 spsk. revet peberrod
- flute eller baguette



Skær kyllingebrysterne næsten igennem på langs og bank dem lidt flade. Skræl æblet og skær det i små tern. Hak timian. Fordel æble og timian på kyllingebrysterne og krydr med salt og peber. Rul kyllingen sammen om æblerne, bind 2 skiver seranoskinke om hvert kyllingebryst og snør med bomuldssnor.

Smør et ovnfast fad og læg kyllingerne deri. Steg i forvarmet ovn ved 200° i 40 minutter.

Skær imens hvidkålen i fine strimler, blanchér den i letsaltet vand i ca. 3 minutter, og lad den dryppe af i en sigte. Pisk melet ud i lidt af bouillon, tilsæt resten af bouillon og kog det op under omrøring. Rør fløden og hvidkålen i og lad sovsen koge op. Tilsæt peberrod og smag til med salt og peber.

Server godt brød til.

God appetit!