



## Oppskrift

# Slik lager du karbonader av kyllingkjøttdeig



Så enkelt kan du lage hjemmelagde karbonader av kyllingkjøttdeig. Serveres med syltet rødløk, ovnsbakte grønnsaker og timian –og dijondressing.

1

**Start med å lage syltet løk**

Kok opp vann, eddik, sukker og ingefær skåret i skiver. La det småkoke til sukkeret har løst seg opp.

Rens løken og skjær den i tynne skiver. Legg skivene med løk over i den varme laken og trekk kasserollen til side. La skivene ligge og avkjøle seg i laken og hell alt på et norgesglass så har du til flere middager.

## 2

### **Tilbehør**

Skrell og del grønnsakene i grove biter å ha de i en ildfast form. Ha over litt olje og saften av en sitron. Topp med salt og pepper og stek de i ovnen på 200 grader i ca 30-40 min.

Rør inn dijonsennep i et beger med crème fraiche og vips så har du verdens enkleste dressing.

## 3

### **Slik lager du karbonader**

Bland sammen kyllingkjøttdeig, maisenna, kaldt vann, salt og pepper til du har en jevn masse, gjerne i en kjøkkenmaskin. Stek i smør på middels sterk varme til karbonadene er gjennomstekt, i 3–4 minutter på hver side. Vend karbonadene ofte for at varmen skal fordele seg jevnt.

Server karbonader med syltet rødløk, ovnsbakte grønnsaker toppet med timian –og dijondressing.

## Produkter i denne oppskriften

xNg Kyllingkjøttdeig u/Salt 400g Enh

## Ingredienser

### Du trenger

Søtpotet 2 stk

|           |       |
|-----------|-------|
| Pastinakk | 3 stk |
|-----------|-------|

Rødbeter 2 stk

|        |       |
|--------|-------|
| Sitron | 1 stk |
|--------|-------|

Olje

|               |  |
|---------------|--|
| Salt & Pepper |  |
|---------------|--|

Timian

|                      |  |
|----------------------|--|
| kjøttdeig av kylling |  |
|----------------------|--|

Maisenna 2 ts

|      |      |
|------|------|
| Vann | 2 ss |
|------|------|

Salt & Pepper

### Syltet rødløk

Eplecidereddik 1 dl

|      |      |
|------|------|
| Vann | 3 dl |
|------|------|

Hvitt sukker 1 dl

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| Frisk Ingefær, finhakket | 5 g |
|--------------------------|-----|

Du trenger

Syltet rødløk

Dijondressing

Rødløk

3 stk

Dijondressing

Crème fraîche

1 beger

Dijonsennep

1 glass

### Allergener

- Melkeprotein inkl laktose
- Sennep