



Oppskrift

Utbenet hel kylling med deilig fyll og eplesaus



Utbening av hel kylling gjør det enkelt å fylle og tilberede kyllingen. Uten bein blir den lettere å steke og servere, perfekt for en smakfull middag.

1

Slik gjør du

Bruk en god, skarp kniv. Kyllingkjøttet skal benes ut i et helt stykke:

Legg kyllingen med brystet ned og skjær et snitt langs ryggbenet. Før kniven langs skroget og skjær kjøttet løs fra skroget på begge sider. Brystbenet vil sitte igjen på kjøttet. Skjær det forsiktig bort så det ikke går hull på skinnet. Skjær kjøttet løs fra lårbena uten at skinnet går i stykker. Skjær bort vingebena.

2

Bland alle ingrediensene til fyllet og fordel det jevnt utover kyllingkjøttet. Rull den så fast som mulig sammen til en jevn pølse. Bind opp kyllingrullen med hyssing.

3

Pensle rullen med smeltet smør tilsatt salt og pepper. Stek den benløse kyllingen ved 180 °C i ca. 50 minutter. Ta av hyssingen. La kyllingrullen hvile ca. 15 minutter før den skjæres i skiver.

4

Eplesaus

Pisk ut sausepulveret med eplemost og smak til med fløte. Kok opp under omrøring.

Tips! Serveres med kokt ris og eplesaus. Pynt med hermetisk fersken.

Ingredienser

Du trenger

Hel kylling 1 stk

Smør 2 dl

Salt & Pepper

Fyll

Ris 2 dl

Fersken 2 halve hermetiske

Kanel 0,75 ts

Salt 0,75 ts

Pepper 0,5 ts

Hvitløksfedd 1 stk

Persille 0,5 dl

Vårløk 1 dl

Koriander 1 neve

PRIOR egg

Eplesaus

Eplemost 3 dl

Fløte 2 dl

Du trenger

Fyll

Eplesaus

Bearnaise saus Jacobs utvalgte

1 stk

Allergener

- Melkeprotein inkl laktose
- Egg