

Oppskrift

Kyllingfilet med couscous, mandler og aprikos



1

Stek kyllingen i en nøytral olje i panne. Kok couscousen etter anvisning på pakken.
Skjær grønnsakene i tynne strimler.

2

Rist mandlene lett i pannen om du ønsker. Klipp aprikosen i mindre biter med en saks, eller bruk en skarp kniv. Bland.

3

Bland ingrediensene til dressingen.

4

Hell over olje og server med kyllingfilet på toppen. Server med frisk timian.

Produkter i denne oppskriften

Kyllingfilet Økonomi 5kg Fr Enh



Ingredienser

Matboden kyllingfilet

4 stk

Dressing

Mandler	1 dl
Tørkede aprikoser	1 dl
Stangselleristilker	4 stk
Paprika	1 stk
Hjertesalat	1 stk
Agurk	1 stk
Couscous	
Timian	

Dressing

Gresk yoghurt	3 dl
Dijonsennep	3 ss
Spisskummen	2 ts
Salt og pepper	