

Lindströms

**FAKTA**

Portioner: 4
 Tid: 30 min
 Styrka: Mild
 Recept: USA
 Tema: Middag, lunch

INGREDIENSER

4 st kycklingfiléer
 1 st romansallad
 1/2 st formfranska
 2 st vitlöksklyftor, pressade
 olivolja
 parmesanost

Marinad:

1 dl parmesanost, riven
 4 st sardeller, finhackade
 1 st vitlökskyfta
 1 msk citronsaft
 1 st äggula
 1 dl olivolja
 svartpeppar
 salt

**Herr Lindström ger tips**

- Toppa med knaperstekta bacon-bitar.
- Tvätta kniv, skärbräda och händer ordentligt efter att du hanterat den råa kycklingen.

Caesarsallad med kyckling

Vi är himla stolta över vår kyckling och framför allt för att den bara innehåller kyckling. Det kanske låter som en självklarhet, men det är det inte. Vi har inte tillsatt något vatten eller annat. Det gör den precis så saftig och god som vi tycker kyckling skall vara.

Förberedelser:

- Tina kycklingfiléerna i kylskåpet över natten på en tallrik täckt med plastfolie.

Steg för steg:

- Mixa alla ingredienser till dressing förutom olivolja, salt och svartpeppar.
- Tillsätt olivolja med en tunn stråle under omrörning.
- Smaka av med salt och svartpeppar.
- Skär av de hårda kanterna på formfranskan.
- Riv av bitar från brödet och lägg bitar tillsammans med olivolja och vitlök i en påse.
- Rosta brödbitarna i ugnen på 200° C tills de får en fin färg.
- Skär varje kycklingfilé längs med så du får två tunna skivor av varje filé.
- Stek kycklingfiléerna tillsammans med lite olja i ca 4 minuter på varje sida.

Vid servering:

- Skölj romansalladen och bryt av blanden.
- Fördela bladen på tallrikarna.
- Lägg krutongerna på salladen och placerar sedan två tunna kycklingfiléer i mitten.
- Toppa med hyvlad parmesanost och droppa över dressing.