



# Grillad kycklingfilé, salsa & krämig paprikasås

Kock: **Mats Westergren** Tid: **40 min** Portioner: **4**

Smakrik kycklingfilé som kompletteras av het paprikasås med mycket kropp. Allt bryts av, av en fräsch och god salsa.

Kycklingen är enkel, bara rubba/gnid in den med curry/mango krydda & god olivolja. Grilla/stek den sedan till perfektion.



## INGREDIENSER

### Paprikasås

- 1 msk olivolja, extra virgin
- 1 stycken purjolök, skivad
- 3 stycken röd spetspaprika, skivad
- 4 stycken finhackade vitlöksklyftor
- 1 stycken finhackad röd chili
- 3 msk konc. grönsaksfond
- 4 dl matlagningsgrädde
- salt & peppar efter smak
- 3 msk finhackad persilja

### Avokado- & mangosalsa

- 1 stycken röd paprika, fint skuren i tärningar
- 2 stycken mogen avokado, fint skuren i tärningar
- 1 stycken liten mango, skalad, urkärnad och fint tärnad
- 1 stycken finhackad röd chili
- 2 msk olivolja, extra virgin
- 2 msk limejuice
- 1 msk färsk koriander, finhackad
- salt & nymalen svartpeppar

## GÖR SÅ HÄR

1

### Paprikasåsen

1. Rensa och skiva spetspaprikan grovt. Finhacka purjolök, röd chili och vitlök.
2. Fräs purjolök, röd chili och vitlök i olivolja i ca 5 min.
3. Tillsätt grönsaksfond och matlagingsgrädde. Låt koka ihop så paprikan mjuknar och såsen får en krämig konsistens.
4. Häll över såsen i en matberedaren och kör den hyfsat slät. Tillsätt en näve finhackad persilja.
5. Servera till kyckling eller kött med ris, pasta eller potatis.

2

### Avokado- & mangosalsa

1. Skiva alla grönsaker i lika stora bitar, tärningar om 1x1 cm. Finhacka röd chili & koriander. Lägg i en skål.
  2. Häll över olivolja och limejuice.
- Blanda väl. Smaka upp med salt & peppar.