

FRIED CHICKEN with Sweet potatoes – the American Way

Ingredienser:

4 vitlöksklyftor

2 citroner

2 msk paprikapulver

1 tsk chilipulver

3 dl filmjök

4 ägg

1 kg kycklingfiléer

Panering:

5 dl corn flakes

5 dl ströbröd

Majjodip:

4 gula lökar

4 msk olja

4 msk rökig bbq-sås

3 dl majonäs

4 sötpotatisar

Olja till fritering



Gör så här:

Skala och riv vitlöken. Skölj och skrubba citronen i ljummet vatten.

Riv det yttersta skalet av citronen.

Blanda vitlök, citronskal, paprikapulver, chilipulver, filmjök och ägg till en jämn smet. Vänd runt kycklingen i smeten och låt det stå och dra.

Sötpotatis: Sätt ugnen på 200 grader. Skölj, torka av och skär potatisen i klyftor. Blanda klyftorna med olja, 4 tsk flingsalt och 1 tsk socker. Lägg på en ugnsplåt och ställ i ugnen i 30 minuter.

Panering: Krossa cornflakes i handen och blanda med ströbrödet. Panera kycklingen i cornflakes- och ströbrödsblandningen.

Majjodip: Skala och riv löken tunt. Stek den i oljan på medelvärme tills den blir ordentligt mjuk och brun. Vänd ner bbq-såsen mot slutet av stekningen. Låt löken bli ordentligt kall. Mixa lök och majonnäs tills såsen är slät i en matberedare.

Fritering:

Hetta upp oljan i en tjockbottnad kastrull till ca 160 grader, ha ett lock till hands under friteringen. Friteras tills innertemperaturen är 72 grader, 4-5 minuter.

Cobbsallad med blue cheese och rostade pumpakärnor.



Ingredienser:

300-400 gr kalkonbacon

2 cosmopolitansallad

600 gr körsbärstomater

2 krukor persilja

3 små silverlökar

4 avokados

2 dl pumpakärnor

Dressing:

4 msk matyoghurt

2 msk vatten

200 gr blåmögelost

salt och peppar

Gör så här:

Finstrimla baconet och stek det krispigt i stekpannan.

Skär salladen i klyftor.

Skär tomaterna i halvor. Grovhacka persiljan. Skala och strimla löken tunt. Dela och kärna ur avokadon, gröp ur den i grova bitar med hjälp av en sked.

Rosta pumpakärnor i torr panna.

Dressing: Blanda yoghurt med vatten, smaka av med salt och peppar.

Servera salladen med bacon, grönsaker och ringla över dressingen och smula på osten och pumpakärnorna.