

Kycklinggratäng med gratinerat potatismos, klimatsmart mat



Ingredienser (1 GN-bleck)

Mängd	Mått	Ingrediens
0.80	kg	Kycklingfärs
200.00	g	Linser, röda
200.00	g	Morötter
200.00	g	Selleri
100.00	g	Purjolök
0.50	dl	MILDA Flytande Margarin 4 x 2,5 L
250.00	g	KNORR Napolisås 1 x 3,8 kg / 22 L
1.80	l	Vatten
25.00	g	KNORR Hönsbuljong 1 x 1,5 kg / 100 L
60.00	g	KNORR Kryddpasta Bouquet de Provence 2 x 0,34 kg
100.00	g	MAIZENA Majsstärkelse 4 x 2,5 kg
5.00	g	salt
2.00	g	Svartpeppar grovmalen
		POTATISMOS
0.60	kg	KNORR Cold Base Potatismos 3 x 3,1 kg / 20 L
3.00	l	Vatten
300.00	g	GARDE D'OR Ostcrème 32% 1 x 3,5 kg

Tillagning

ARBETSGÅNG

1. Fräs upp finhackade rotfrukterna och grönsaker i Milda Flytande margarin. Tillsätt kycklingfärs och linser.
2. Häll på vatten och sauce Napoli, såstorrvara och rör om väl. Koka upp.
3. Tillsätt buljong och smaksätt med kryddpasta, salt och peppar. Red av med majsstärkelsen till en tjock stuvning.
4. Skopa upp stuvningen i bleck. Beräkna ca 3 liter/bleck. Hit kan rätten förberedas och kylas ner.
5. Potatismos: Rör ut ostcremèn i vattnet. Vispa ner potatismospulvret. Låt svälla i ca 5 minuter. Fördela moset över kycklingstuvningen.
6. Tillaga i 160° på hetluft i ca 30 minuter.

Tips

Shepherds pie är en omtyckt och välkänd färsrätt som här har fått ett annat och mer klimatsmart innehåll i form av kyckling och rotfrukter samt grönsaker. Moset kan man också servera separat till färssåsen om man inte vill bjuda på gretäng. Ersätt i så fall Ostcèmen med samma mängd Milda Flytande margarin. Vill du förenkla tillagningen av rätten, finns det fryst finhackad rotfrukts och grönsaksblandning som kan ersätta grönsakerna och rotfrukterna i receptet.