

Kyckling med timjan och kantareller

KYCKLING MED TIMJAN OCH KANTARELLER

för 4 portioner

TILLAGNINGSTID:

40 minuter

800 g kycklingfilé

1 l kantareller

125 g bacon

2 st vitlöksklyftor

1 st kruka färsk timjan

himalayasalt

svartpeppar

ghee

HUSGERÅD

Stekpanna

Ugnsform

Vitlökspress

Sax

Ugnstermometer

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Kyckling med timjan och kantareller

Kyckling med timjan och kantareller

Enkelt, gott och helt fantastiskt både till vardag och till fest. Kyckling med timjan och kantareller är fylld med ljuvliga smaker som lockar alla sinnen.

Gör ett besök och [läs mer om våra tankar kring receptet](#) Kyckling med timjan och kantareller på bloggen.

Så här gör du

Kycklingen

- Sätt ugnen på 200 grader
- Salta och peppra kycklingfiléerna
- Smält [ghee](#) i en [stekpanna](#)
- Pressa ner vitlöksklyftorna och tillsätt ett knippe timjan
- Bryn samman snabbt
- Lägg ner kycklingfiléerna med skinnet nedåt
- Stek några minuter tills skinnet fått fin färg
- Vänd kycklingfiléerna
- Om din stekpanna tåls att sätta in i ugnen låter du allt vara som det är annars flytta du över kycklingen och skyn till en ugnssäker form
- Sätt in en [ugnstermometer](#) mitt i någon av filéerna på det tjockaste stället
- Tillaga i ugnen tills innetemperatur når 65 grader

Kantareller och bacon

- Medans kycklingen står i ugnen bryn kantarellerna i en stekpanna med ghee
- När kantarellerna börjar bli gyllene, klipp ner baconet med kantarellerna
- Stek samman tills allt fått fin färg och börjar bli lite knaprigt
- Vänd ner en knippe med timjan på slutet
- Smaka eventuellt av med lite salt. Oftast kan saltet från baconet räcka.
- Häll kantareller och baconröran över kycklingen
- Ät och njut!

Servera tillsammans med ett gott [blomkålsris](#) och en stor sallad.

Kyckling med timjan och kantareller



Så låt dig förföras av denna goda rätt med sina härliga smaker. En dag mitt i veckan när du vill njuta lite extra eller när du har fina vänner på besök.

För [fler goda recept med kyckling](#) titta runt i Paleoskafferiet och låt dig inspireras!

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.