

HØNSEFRIKASSÉ

Frikassé er en litt glemt middagsrett, som fortjener å bli hentet fram igjen! Norske grønnsaker som kålrot, gulrot, purre og selleri passer perfekt her, og hos får du denne blandingen ferdig rensset og kuttet – klar til å putte rett i gryta!

Ha hønen i en stor gryte og dekk med kaldt vann. Ha i laurbærblad, salt, pepper og løk. Kok opp og la hønen småputre i 1,5-2 timer, eller til lår og bryst er møre. Skum av underveis. Sil av kraften, plukk hønsekjøttet av bena og del i fine stykker. Kraften kokes inn. Tilsett Norrek norsk blanding i grovkutt og la dette småputre til grønnsakene er møre. Ha i fløten og hønsekjøttet, jevn med maizena og kok opp. Smak til med salt og pepper.

TIPS: Pynt med hakkede urter og server med kokte poteter eller ris.

Allergener: Selleri, melk

INGREDIENSER

Til 4 porsjoner:

1 høne

1 laurbærblad

Hel pepper

85 g Norrek løkterning EPD: 919274

1 kg Norrek norsk blanding grovkutt EPD:
4197869

Vann

1 dl fløte

Urter

Maizena

Salt og pepper