

## Rörande god kyckling

sön, 16/03/2014 - 16:46 □ Gunilla Ödin

- [Veckans recept](#) [1]

### Veckans mattips, v.1411

Ett tips på en snabb, enkel och god vardagsrätt.

### Rörande god kyckling

1 port (10 pp/port)

*1 kycklingfilé (125 g)  
½ rödlök, skuren i bitar  
1 dl majs  
½ dl fraiche (max 2%)  
1 msk chilisås  
1 dl pasta*

Koka pastan. Bryn kycklingfilén skuren i bitar i fettsnål panna. Tillsätt rödlök o låt den brynas med. Tillsätt fraiche blandad med chilisås. Blanda i majsen och sist den kokta pastan. Servera med ruccolasallad.

Låt smaka!!

**Källa till webbadress:** <http://xn--din-rna.se/blogg/r-rande-god-kyckling>

### Länkar:

[1] <http://xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept>