

Holta

KJÚKLINGUR

VOX



ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn *Eldað með Holta á ÍNN*. Á næstunni mun hann heimsækja færustu kokka landsins og fá þá til að elda ljúffenga kjúklingarétti úr Holta-kjúklingi.

Matreiðslumaðurinn Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn *Eldað með Holta á ÍNN*. Þar heimsækir hann marga af færustu kokkum landsins og fær þá til að elda ljúffenga rétti úr Holta-kjúklingi. Í dag lítur Úlfar við hjá Ragnari Ómarssyni, matreiðslumanni á veitingastaðnum Vox, sem er veitingastaður á Hilton hótél Nordica. Ragnar er líka meðlimur

í Bocuse d'Or-akademíunni. Hér færir hann okkur uppskrift að fylltum kjúklingabringum. Hægt er að fylgjast með Ragnari elda þennan girnilega rétt í kvöld klukkan 20.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þættirnir verða svo endursýndir yfir helgina. Einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, www.inntv.is. Næstu föstudaga heimsækir Úlfar fleiri matreiðslumeistara.



FYLLTAR KJÚKLINGABRINGUR MEÐ FETAOSTI OG SKINKU

Fyrir fjóra

4 kjúklingabringur
200 g fetaostur
4 skinkusneiðar
1 msk. saxaður graslaukur
8 sneiðar beikon
Salt og pipar

Ristið í kjúklingabringu eftir henni endilangri en varist að fara alla leið í gegn þannig að bringan fletjist nánast alveg út. Blandið saman fetaosti og graslauk og smyrjið yfir bringuna sármegin og setjið skinkusneið þar ofan á. Rúllið bringunni upp og vefjið beikoninu um hana. Brúnið á vel heitri pönnu í smá olíu. Setjið í 170 gráðu heitan ofn í um 10 mín,

eða þar til kjarnhiti nær 70 gráðum. Leyfið þeim að hvíla í 10 mínútur.

Kúskús með sólþurrkuðum tómötum og ólífum

200 g kúskús
200 ml kjúklingasoð (vatn með kjúklingakrafti)
4 msk. saxaðir sólþurrkaðir tómatar
4 msk. saxaðar ólífur
1 msk. söxuð steinselja
2 msk. ólífuolía
Salt og pipar

Blandið kúskúsinu, tómötum og ólífum í stóra skál og hellið sjóðandi kjúklingasoðinu yfir. Setjið plast yfir og látið standa í ca. 10 mín. Saxaðri

steinselju er blandað saman við ásamt ólífuolíunni. Smakkað til með salti og pipar.

Tzatziki -jóгурtsósa

2 dl jóгурt
2 dl skyr
70 g agúrka (rifin)
70 g mangó (rifinn)
1 hvítlauksrif (fínt rifið eða saxað)
1/3 tsk. broddkúmen
1 msk. ferskt kóríander (saxað)
1 tsk. dijon-sinnep
Salt og pipar

Öllu blandað saman og smakkað til með salti og pipar.