



Beskrivelse

Kyllingestykkerne lægges i et fad. Bananen skæres i skiver og peberfrugterne skæres i tern. Begge dele drysses over kyllingkødet. Fløden piskes stiv og hvidløg, sambal oelek, mango chutney, salt og karry blandes i. Fordeles over kyllingefileterne. Sættes i en 200 grader varm ovn i ca. 30 min.

Serveres med ris eller spaghetti og salat samt flutes.

Ingredienser

- 500 g kyllinginderfileter
- 1 rød peberfrugt
- 1 grøn peberfrugt
- 1 banan
- 3 dl piskefløde
- 1 fed hvidløg
- salt
- 2 spsk. mango chutney
- 1 tsk. sambal oelek
- 2 tsk. karry