



MINUT-KYCKLING

Recept för en lyckad vardag

ÄTKLAR

Varm eller kall!



Minutkyckling gör det lätt att lyckas. Kycklingen är kryddad, stekt och skuren – perfekt att lägga på salladen, i pastasåsen eller som topping på pizzan. Det krävs inga tillagningsanvisningar – du behöver bara öppna förpackningen och tillsätta kycklingen till din favoriträtt. Resultatet blir alltid lyckat!



Nudelsoppa med Minutkyckling Classic

2 portioner | 10–15 minuter

1 paket Minutkyckling Classic
100 g glasnudlar
½ burk kokosmjölk
5 dl vatten
200 g frysta wokgrönsaker
Valfria kryddor, exempelvis grön curry
1 msk ingefära, riven
2 dl turkisk yoghurt
½ krukakorander, hackad

Koka nudlarna. Värm upp kokosmjölk och vatten i en kastrull. Håll ner grönsaker och valfria kryddor. Blanda ner nudlar och Minutkyckling i kastrullen, späd eventuellt med mer vatten till önskad tjocklek. Blanda ihop ingefära och yoghurt, servera med hackad koriander och en klick ingefärsyoghurt.

TOPPA SOPPAN
Minutkyckling gör soppan till en mättande middag.

Pitabröd med Minutkyckling, chilihommus och gurksallad med mynta

2 portioner | 15–20 minuter

1 paket Minutkyckling Classic
2 pitabröd
2 blad romansallad eller annan bladsallad
1 burk kokta kikärter ca 400 g
1 vitlöksklyfta, hackad
2 msk tahini (sesamfröpastas)
1 msk Sambal oelek
½ dl olivolja
½ dl kycklingbuljong (kall)
½ citron, saft och rivet skal
½ gurka
½ röd paprika, tärnad
½ dl turkisk yoghurt
½ krukakorander, skuren mynta
Salt och peppar

Skölj kikärtorna i kallt vatten och låt rinna av. Mixa kikärtorna släta med vitlök, tahini, olivolja, Sambal oelek och buljong. Smaka av med salt och pressad citron. Skala gurkan. Ta bort kärnhuset och finhacka gurkan, blanda med citronskal, paprika, yoghurt och mynta. Smaka av med salt och peppar. Fyll pitabröden med sallad, hommous, Minutkyckling och ringla över gurkyoghurten.



SNABB MIDDAG ELLER PICKNICK!
Minutkyckling gör succé.

Pasta med Minutkyckling grönkål och rostade valnötter

2 portioner | 10–15 minuter

1 paket Minutkyckling Caesar
200 g pasta
1 dl valnötter
1 vitlöksklyfta, hackad
200 g grönkål, strimlad
1 ½ dl matlagingsgrädd
Salt och peppar
Riven parmesanost

Koka pastan i saltat vatten. Rosta valnötterna i torr stekpanna tills de fått lite färg. Hacka vitlöken och strimla grönkålen, stek i olivolja på medelvärme. Häll på grädden och låt det puttra ihop i några minuter. Smaka av med salt och peppar. Vänd ner nykokt pasta och kycklingen i såsen, riv över parmesan och toppa med valnötterna.

LÄGG I
PASTASÅSEN!
Minutkyckling
gör middagen
klar på ett
kick!

Caesarsallad – en klassiker!

2 portioner | 10 minuter

1 paket Minutkyckling Caesar
1 dl färdig caesardressing
(din favorit)
1 huvud romansallad
2 dl stekta krutonger
½ dl grovriven parmesanost

Skölj och bryt salladen i mindre bitar och blanda med dressing. Toppa salladen med skivor av Minutkyckling, parmesan och krutonger.

CAESAR-
SALLAD PÅ
MINUTEN
Enklare kan
det inte bli!



**EXTRA
SNABB SALLAD**
Minutkyckling gör
snabbt din sallad
matigare.

Minutkyckling BBQ-smak med äppelsallad och marinerade svarta bönor

2 portioner | 15–20 minuter

1 paket Minutkyckling BBQ
1 burk svarta bönor ca 400 g
100 g majskorn
3 msk chipotlepaste
3 msk rödvinsvinäger
½ dl olivolja
Salt och peppar
1 grönt äpple, tunt skivat
½ fänkål, tunt skivad
Saft från ½ citron blandat
med ½ dl olivolja
1 morot, skivad
½ gurka, skalad och skuren i bitar
1 röd paprika, skuren i större tärningar
½ huvud romansallad eller
annan bladsallad
100 g babyspenat
2 dl krutonger

Skölj bönorna i kallt vatten och låt rinna av ordentligt. Blanda bönorna med majskorn, chipotlepaste, vinäger och olja. Smaka av med salt. Lägg äpple och fänkål i isvatten ca 10 min. Häll sedan av vattnet och blanda med citron och olivolja. Smaka av med salt och peppar. Skölj och bryt salladen i mindre bitar, låt den rinna av ordentligt. Lägg upp salladen i en skål, sedan bönor och toppa med övriga ingredienser. Lägg gärna Minutkyckling och krutonger på toppen.

Quesadilla med Minutkyckling med zucchini och fetaost

2 portioner | 10–15 minuter

1 paket Minutkyckling BBQ
½ zucchini, tunna skivor
½ rödlök, tunna skivor
1 paket fetaost
1 dl majs
Oregano, färsk eller torkad
4 tortillabröd

Skiva zucchini och rödlök tunt, smula fetaosten. Fördela grönsakerna, ost, majs, Minutkyckling och oregano på två tortillabröd, lägg på de två andra tortillabröden och stek i stekpanna på medelvärme tills osten har smält. Servera gärna med en tomat-sallad och guacamole.



**LYCKAT
FREDAGSMYS**
Kycklingquesadillas
– perfekt som
mingelmat.



Tillagningsanvisning: Öppna paketet.



Prova Minutkyckling – stekt kycklingfilé av svensk gårds-kyckling som gör att du alltid lyckas med vardagsmaten. Kycklingen är klar att servera och passar utmärkt när du vill äta något gott och snabblagat som Caesarsallad, nudel-soppa eller pitabröd med smaskig fyllning. Minutkyckling finns i olika smaker – vilken blir din favorit?

Ätklart – alltid lyckat!