



Oppskrift

Medisterkaker med juletilbehør



Medisterkaker av kylling er supergodt! Den deilige julesmaken, krydderne og ikke minst saftigheten. Prøv denne retten med medisterkaker, ris og tilbehør som hører julen til.

1

Slik gjør du

Kok risen som angitt på pakken. Ha kanelstang, stjerneanis og nellik i risvannet. Når risen er ferdig kokt, har du i appelsinsaft og grovhakkede aprikoser.

2

Stek tilbehøret

Ha grønnkål, finhakket hvitløk og strimlet purre i en stekepanne, og stek det mykt med litt smør eller olje.

Legg det oppe i risen sammen med litt tranebær og frisk timian. Smak til med salt og pepper.

3

Stek medisterkakene

Stek medisterkakene på middels varme i en panne sammen med litt smør til de er gjennomvarme.

Tips! Hvis du ikke vil ha ris kan du fint bytte ut risen med couscous, bulgur eller byggryn.

Ingredienser

Du trenger

Prior medisterkaker	400 g
Ris	4 dl
Kanelstang	
Stjerneanis	2 stk (hele)
Nellikspiker	5 stk
Appelsin (saften)	1 stk
Aprikoser	1 dl (tørkede)
Rødkål	100 g
Grønncål	65 g
Hvitløksfedd	3 stk
Purre	50 g
Salt & Pepper	
Tørkede tranebær	1 neve
Smør	til steking
Timian	1 stk

Allergener

Melkeprotein inkl laktose