



Foto: Wolfgang Kleinschmidt

Fattouche, libanesisk sallad med kycklingfiléer

Ingredienser 2 personer

Sallad

1 st	pitabröd
0,5 tsk	olivolja, till pensling
0,5 st	rödlök
1 msk	sumak
3 st	kvisttomater
150 g	gurka, bit
0,5 st	paprika, röd
0,5 st	romansallad, eller 1 påse rucola (ca 100 g)

Sås

1 st	vitlösklyfta, pressad
3 msk	persilja, eller mynta
0,5 tsk	salt
2 msk	citronsaft, färskpressad

Kyckling

2 st	kycklingfiléer
1 tsk	olivolja
0,5 tsk	salt
2 krm	chilipepparflingor
1 st	vitlösklyfta, pressad
2 msk	citronsaft, färskpressad
2 msk	koriander, finhackad

Tillagning: Fattouche, libanesisk sallad med kycklingfiléer

Sumak, en krydda från Libanon, ger den här salladen en lätt syrlig touche. Sumak finns att köpa i butiker med orientaliska varor.

1. Sallad: Pensla brödet med oljan och rosta det knaprigt i grill- eller stekpanna. Låt brödet svalna och bryt det i små bitar.
2. Skala och finhacka löken och blanda den med sumak. Skär tomater, gurka och paprika i små bitar. Strimla salladen.
3. Sås: Blanda vitlök, persilja, salt och citronsaft i en skål.
4. Vänd ner löken och grönsakerna i såsen. Blanda i brödbitarna inför serveringen.
5. Skär filéerna på längden i 2-3 tunna flata filéer. Pensla dem med olja. Salta, peppra och stek dem i en grill- eller stekpanna under lock 3-4 minuter på varje sida eller tills de är genomstekta.
6. Blanda vitlök, citronsaft och koriander och håll över filéerna. Servera genast tillsammans med salladen.