Cæsarsalat

Opskrift af V-ZUG Ltd



Tilberedning	30 Min.
Tilberedningstid	10 Min.
Portioner	4

Cæsarsalat med marineret kylling, sprød panko-panering og cremet dressing. En lækker kombination af friske og cremede smage.

Marineret kylling

150 ml kærnemælk

1 tsk Worcestershire-sauce

1 citron, kun skal

2 kviste af persille, blade fint hakket

½ tsk salt

lidt peber

4 kyllingelårbøffer, benfri

Cæsar-dressing

1 tsk Dijonsennep

50 ml hvidvinseddike

15 ml hvid balsamicoeddike

2 æggeblommer

2 ansjosfileter, drænet

1 fed hvidløg

250 ml solsikkeolie

100 g Parmesanost, fintrevet

en smule salt

lidt peber

Panering

80 g panko brødkrummer

nogle klaret smør, til stegning

lidt havsalt

Cæsarsalat

4 hjertesalat hoveder, halveret

1 tsk olivenolie

lidt salt

2 hjertesalat, blade groft revet

50 g Parmesanost, fint revet

Marineret kylling

Bland kærnemælk, Worcestershire-sauce, citronskal og persille, og krydr med salt og peber. Læg kyllingen i en vakuumpose, tilsæt marinaden, og vakuumforsegl. Mariner kyllingen i køleskabet i mindst 8 timer.

Caesar-dressing

Placer sennep og alle ingredienser op til og med hvidløg i en høj beholder, og blend det fint med en stavblender. Hæld langsomt solsikkeolie i, mens du blender kontinuerligt, indtil en glat og homogen blanding dannes. Rør Parmesan i, og krydr med salt og peber.

Panering

Fjern kyllingen fra posen, og dup lidt af marinaden af. Læg panko-rasp på en dyb tallerken. Overtræk kyllingestykkerne ét ad gangen, og pres dem fast. Fyld en stegepande med klaret smør til en dybde på cirka 3 cm, og opvarm den ved middel til høj varme (niveau 7-8). Steg kyllingebøffer i portioner i cirka 3 minutter på hver side, indtil de er gyldenbrune. Skru varmen lidt ned (niveau 6), og steg i yderligere et minut, indtil det er gennemstegt. Lad kyllingen dryppe af på en tallerken med køkkenrulle og hold den varm.

Cæsarsalat

Varm en grillpande op ved middel til høj varme (niveau 7-8). Pensl de halve hjertesalaten med olie og krydr let med salt. Placer salaten med skæresiden nedad i grillpanden og steg i cirka 2 minutter, vend derefter og tilbered i cirka 1 minut mere. Arranger den grillede salat og de friske salatblade med dressingen. Skær kyllingen i skiver, læg den oven på salaten, og drys derefter med parmesan.

Tilbehør

Pande (ca. 20 cm ø)

Grillpande

Yderligere oplysninger

Oprettet den	07.04.2026