

# Fylte kyllingbryst med mozzarella

total tid **90 min.** 90 min. tilberedningstid

Næringsinnhold (per porsjon):  
**2.767 kJ / 661 kcal**

Fett: **21,5 g** Protein: **73,3 g**  
Karbohydrater: **3,3 g**

## INGREDIENSER

4 porsjoner

<b>1 kg</b>	kyllingbryst
<b>7 ss</b>	<u>Kikkoman Naturlig</u> <u>Brygget Soyasaus</u>
<b>0,3 ts</b>	hvitløkspulver
<b>0,5 ts</b>	paprikapulver
<b>180 g</b>	mozzarellaost
<b>70 g</b>	soltørkede tomater
<b>8</b>	cherry tomatoes
<b>2 ts</b>	smør
<b>300 g</b>	grønne erter
<b>2 ss</b>	fløte
<b>450 g</b>	poteter

## TILBEREDNING

### Steg 1

Legg kyllingbrystene i en bolle. Tilsett soyasaus, hvitløkspulver og paprikapulver, og bland forsiktig sammen. Sett i kjøleskapet i minst én time (det kan stå over natten og marinere).

### Steg 2

Del soltørkede tomater, cherrytomater og mozzarella i skiver.

### Steg 3

Skjær de marinerte kyllingbrystene slik at de får lommer. Fyll lommene med mozzarella og tomater. Fest de fylte kyllingbrystene med tannpikere ved snittene og legg dem i en ildfast form. Legg ½ ts smør på hvert av kyllingbrystene.

### Steg 4

Stek under lokk i en forvarmet ovn på 180 grader i ca. 25 minutter, og ytterligere 10 minutter uten lokk (til kyllingen er gyllenbrun).

### Steg 5

I mellomtiden koker du poteter og erter i lettsaltet vann. Mos potetene, bland ertene sammen med fløten, og vend ertene inn i potetene. Server med fylte kyllingbryst.