Oppskrift

Grillet flatbird med salat og sitronbakte poteter



Flatbird er en helt ny måte å grille hel kylling på, som garantert kommer til å bli en hit på sommerens grillbord! Smaker ekstra godt med friskt sommertilbehør med jordbær og chevre.

Flatbird er en hel kylling som er delt på midten mellom kyllingbrystene, og brettet ut slik at den blir flat. Du kan kjøpe den ferdig delt, eller dele en hel kylling selv.

1

Slik gjør du

Begynn med å kjøre sammen urter, rapsolje og 2 ss sitronsaft med en stavmikser til en grønn urteolje.

Dersom du ikke har ferdig tilberedt Flatbird kan du enkelt gjøre dette selv. Bruk en hel fersk kylling. Skjær opp kyllingen mellom bryststykkene. Det kan være litt hardt å komme gjennom beinet, så bruk gjerne en kyllingsaks dersom du har det. Brett deretter kyllingen ut og legg den flatt på bordet – som en sommerfugl – da har du en Flatbird.

Pensle flatbirden med litt av urteoljen. Bruk en aluminiumsform til å grille den i, kraften som blir igjen i formen som saus.

Krydre med litt salt og pepper.

Sett aluminiumsformen på indirekte varme på grillen. La den stå til kyllingen har en kjernetemperatur på 65 grader.

2

Tilbehør

Legg potetene på et stort ark aluminiumsfolie. Ha på 4 ss olivenolje, salt og pepper. Vend godt så du har olje på alle potetene. Legg sitronskivene oppå potetene og pakk sammen til en pakke. Legg potetene på indirekte varme på grillen og la ligge til potetene er møre. Dette tar ca 30-40 minutter.

3

Ha babyspinat og jordbær i en bolle. Vend inn 4 ss olivenolje, 2 ss sitronsaft, litt salt og pepper.

Når kyllingen er ferdig grillet lar du den hvile i 10-15 minutter før servering.

Vel bekomme, hilsen PRIOR!

Ingredienser

Du trenger

Prior Flatbird	eller hel kylling 1 stk
Rapsolje	2 dl
Hakkede urter (f.eks. timian, persille og oregano)	2 dl
Sitronsaft	4 ss
Salt & Pepper	
Babyspinat	2 poser
Jordbær	1 kurv
Chevre	200 g
Olivenolje	8 ss
Små poteter	800 g
Sitron	1 stk

Allergener

- Melkeprotein inkl laktose