



Oppskrift

Braisert kylling overlår med ananas, chili og mango



Oppskrift på en litt anerledes kyllingrett på grillen! Serves med en deilig salat med syrlige smaker og litt ekstra sting med chili.

1

Slik gjør du

Pensle kylling overlårene med rapsolje. Grill dem på direkte varme til de er gylne.

Sett en aluminiumsbakk med eplejuice på indirekte varme. Legg de brunede overlårene i aluminiumsbakken og la dem stå til de har en kjernetemperatur på 65 grader.

2

Lag salat

Skrell ananasen og den i store staver. Pensle stavene med rapsolje og grill dem på direkte varme til de er gylne rundt hele.

Del den grillede ananasen i grove biter.

Skrell mangoen og del fruktkjøttet i grove biter.

Kutt agurken i lange tynne skiver på langs med en mandolin eller en ostehøvel.

Bland sammen ananas, mango og agurk i en bolle.

3

Vend inn

Ha over den finhakkede chilien, sitrønsaft og olivenolje. Vend inn og smak til med salt og pepper.

Legg de grillede overlårene oppå ananassalaten.

Tips! Topp retten med frisk koriander før servering.

Produkter i denne oppskriften

Kylling Lårfilet 600g Enh

Ingredienser

Du trenger

Prior kylling lårfilet	1 kg
Rapsolje	2 ss
Eplejuice	3 dl
Ananas	1 stk
Mango	1 stk
Agurk	1 stk
Rød Chili	1 stk
Olivenolje	8 ss
Sitronsaft	2 ss

Allergener