



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min 👤 2 porsjoner

OH_0066-2

Kyllingspyd i krydret barbecuesaus med ruccola- og granateplesalat og jasminris

Kyllingspyd

1 pakke barbecuesaus
1 pakke mexican BBQ
350 g utbenet kyllinglår u/skinn
4-6 stk grillspyd
½ ts malt kanel ^B

Ris

135 g jasminris

Ruccola- og granateplesalat

50 g ruccola
1 bunt koriander
1 stk granateple
½ pakke chiliflak
1 ss olivenolje ^B
1 ss eplesider-, rødvin- eller hvitvinseddik ^B

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp ovnen til 220 grader varmluft.
2. **Kyllingspyd:** Bland sammen barbecuesausen, det meksikanske grillkrydderet og ½ ts kanel i en skål (se tips). Del kyllingen i to på langs og bland kyllingen inn i sausen. Tre kyllingen på grillspydene, og fordel spydene på et stekebrett med bakepapir. Stek kyllingen i ovnen i 10-15 minutter, eller til den er gjennomstekt.
3. **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
4. **Ruccola- og granateplesalat:** Skyll ruccolaen og korianderen. Grovhakk korianderen og ta kjernene ut av granateplet. Bland sammen ruccolaen, korianderen og granateplet i en skål. Vend inn 1 ss olivenolje og 1 ss eddik. Smak til med chiliflakene, salt og pepper.

TIPS!

Om været tillater det, kan du ta med kyllingspydene ut på grillen. Har du ikke kanel, kan du fint droppe det.