



# Kyllinglår med røkt chilikrydder, urtepoteter og maiskrem

## Ovnsbakte kyllinglår

520 g kyllinglår  
½-1 pakke røkt chilimix  
1 ss olje <sup>B</sup>  
½ ss sukker <sup>B</sup>

## Urtepoteter, gulrøtter og løk

350 g poteter  
2 stk gulrøtter  
1 stk rødløk  
1 pakke urtemiks

## Maiskrem

2 pakker mais  
1 stk hvitløksfedd  
1 dl melk <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>  
bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte kyllinglår:** Del kyllinglårerne i to ved leddet. Ha 1 ss olje i en bolle og rør inn det røkte chilikrydderet, ½ ss sukker og litt salt. Vend kyllingen i oljen, og fordel den utover et stekebrett med bakepapir. Stek kyllingen i ovnen i omtrent 25 minutter, eller til den er gjennomstekt.
3. **Urtepoteter, gulrøtter og løk:** Skyll og del potetene i fire. Skrell gulrøttene og løken. Del løken i båter og gulrøttene i grove biter. Fordel grønnsakene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og urtemiksen. Stek grønnsakene i ovnen i omtrent 20 minutter, eller til de er gjennomstekte.
4. **Maiskrem:** Ha maisen i en sil og skyll den i kaldt vann. Skrell og finhakk hvitløken. Ha maisen, hvitløken og 1 dl melk i en liten kjele. Kok opp, og la det småkoke i 2 minutter. Kjør maisen til en jevn krem med en stavmikser. Smak til med salt og pepper.
5. **Servering:** Server stekesjyen fra kyllingen til retten. God middag!

## TIPS!

For ekstra saftig kylling kan du bruke et steketermometer og sette i den tykkeste delen av kyllingen. Ta ut kyllingen når kjernetemperaturen er på 65 °C, og la kjøttet hvile i 5 minutter før servering!



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.