



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Italiensk urtekylling med tomatsaus og ovnsbakte potetbåter

Ovnsbakte potetbåter

350 g poteter

Marinert kylling

1 stk hvitløksfedd

350 g utbenet kyllinglår
u/skinn

1 pakke oregano

½ pakke chiliflak

1 ss soyasaus ^B

1 ss smør ^B

Tomatsaus

1 stk sjalottløk

1 stk hvitløksfedd

3 stk tomater

1 pakke oregano

1 ss olivenolje ^B

1 ss balsamicoeddik ^B

Salat og topping

50 g tobladssalat

1 bunt bladpersille

½ pakke aioli

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Ovnsbakte potetbåter:** Skyll og kutt potetene i båter. Fordel potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i 20–25 minutter, eller til de er gylne og gjennomstekte.

3. **Marinert kylling:** Skrell og finhakk hvitløken. Ha kyllingen over i en skål, og bland inn hvitløken, oreganokrydderet, chiliflakene, 1 ss soyasaus, litt olje, salt og pepper. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i 1 ss smør og litt olje. Stek den marinerte kyllingen i 2–3 minutter på hver side, til den er gyllen. Legg kyllingen på brettet med potetene de siste 7–8 minuttene av potetenes steketid.

4. **Tomatsaus:** Skrell og finhakk sjalottløken og hvitløken. Skyll og grovhakk tomatene. Varm opp en kjele til middels høy varme. Ha i løken, hvitløken, tomatene, oreganokrydderet, 1 ss olivenolje, 1 ss balsamicoeddik og litt grovkvernet pepper. La det småkoke i omtrent 10 minutter. Rør om av og til. Smak til med salt og pepper.

5. **Salat og topping:** Ha salaten over i en skål. Skyll og finhakk persillen. Server persille, salat og aioli til retten.

^B Basisvare



TIPS!

For en mer barnevennlig saus, kan du kjøre sausen glatt med en blender eller stavmikser.