

Bedøm retten og læs mere:



Citronstegt kylling med kartofler

Kartofler

400 g kartofler, små

Græskarkjerner

1 pose græskar- & solsikkekerner

Broccolisalat

1 stk broccoli

½ stk rødløg

1 dl yoghurt naturel

1 pose rosiner

Citronkylling

1 pose rasp

½-1 stk citron

1 bæger pasteuriseret æg

1 fed hvidløg

280 g kyllingebryst

Det skal du selv have

salt ^b

peber ^b

olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 220°C (Var
2. **Kartofler:** Del kartoflerne, læg på en b
Bag ca. 20 min.
3. **Græskarkjerner:** Rist græskarkerner p
stykke køkkenrulle.
4. **Broccolisalat:** Kog vand. Del broccoli
kogende vand over og lad stå 2 min. Ha
5. **Citronkylling:** Bland rasp, revet skal a
tallerken. Kom æg i en dyb tallerken og
stykker bagepapir og bank med en kødl
over det hele.
6. **Citronkylling, fortsættelse:** Vend kyll
dem godt. Steg dem i olie på en pande
gennemstegt. Pres citronsaft over ca. ha
7. **Broccolisalat, fortsættelse:** Pil og hak
yoghurt og drys med rosiner. Smag til m
8. Servér den citronstegte kylling med bro

Billedet kan afvige noget fra opskriften.

🕒 30 - 40 min 👤 2 PORTIONER 📅 5 DAGES HOLDBARHED