



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Jamaicansk grillad kyckling med ananassalsa, bönris och kryddsmör

Bönris

Basmatiris 135 g
Svarta bönor 1 förp

Ananassalsa

Ananas ½ st
Bananschalottenlök 1 st
Mynta 20 g
Lime 1 st
● Olivolja 1 tsk

Kryddsmör

Lime, skal 1 st
● Smör 25 g
Rökt chilimix ½ krm
● Salt ½ krm

Jamaicansk kyckling

Rökt chilimix 1 ½ tsk
● Socker 1 ½ tsk
Torkad timjan ½ tsk
Malen ingefära ½ tsk
● Salt ½ tsk
Kycklinglårfilé 300 g

Grillad ananas

Ananas ½ st

Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Smör, Socker

1. Vill du grilla, tänd grillen! Om ni inte grillar, värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig).
2. **Bönris:** Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen. Häll av och skölj svarta bönor. Blanda bönorna med det kokta riset.
3. **Ananassalsa:** Skala och tärna ananas. Finhacka bananschalottenlök och grovhacka mynta. Lägg allt i en skål. Tvätta lime i ljummet vatten och finriv skalet. Blanda ner limeskal, pressad limesaft och olivolja i bunken. Smaka av med lite salt.
4. **Kryddsmör:** Tvätta lime i ljummet vatten och finriv det yttersta skalet. Blanda rumsvarmt smör med limeskal, rökt chilimix och salt i en skål.
5. **Kryddgrillad kyckling:** Blanda rökt chilimix, socker, torkad timjan, malen ingefära och salt. Lägg kycklinglårfilé i en rymlig bunke och blanda in kryddblandningen ordentligt.
6. **Jamaicansk kyckling & ananas:** Skär ananas i klyftor. Grilla eller stek kycklingen ca 3 min per sida. Om du grillar, tillaga kycklingen klar på indirekt värme (se tips), tills kycklingen är genomstekt. Om du steker kycklingen, tillaga klart i nedre delen av ugnen ca 8 min. Grilla ananasklyftorna ca 2 min per sida.
7. Klyfta resten av den använda limen. Servera kryddgrillad kyckling med bönris, ananassalsa, grillad ananas, kryddsmör och limeklyfta.

TIPS! Indirekt värme: Lägg endast kol på ena sidan av grillen. Tillaga sedan klart kycklingen på sidan utan glöd, under lock.