



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15 - 20 min 👤 2 porsjoner

Daddelchutneymarinert kylling med ovnsbakte blomkålskiver, yoghurt og basmatiris

Ris

135 g basmatiris

Ovnsbakte blomkålskiver

½ stk blomkål

Daddelchutneymarinert kylling

320 g utbenet kyllinglår u/skinn

1 glass daddelchutney

Servering

1 bunt mynte

1 pakke yoghurt naturell

🏠 salt

🏠 olje

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

1 Sett stekeovnen på 230 grader varmluft.

2 **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

3 **Ovnsbakte blomkålskiver:** Kutt den halve blomkålen i to, og kutt deretter hver del i tynne skiver. Legg blomkålskivene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje og salt. Stek blomkålen i ovnen i 15–20 minutter, eller til den er gyllen.

4 **Daddelchutneymarinert kylling:** Bland sammen kyllingen, daddelchutneyen og litt salt i en skål. Fordel kyllingen på et stekebrett med bakepapir, og stek den i ovnen i omtrent 15 minutter, eller til den er gjennomstekt.

5 **Servering:** Skyll og grovhakk mynten. Server mynten og yoghurten til retten.