



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

BBQ-glaserte kyllingvinger med ovnsbakt søtpotet og frisk eplecoleslaw

Ovnsbakt søtpotet

1 stk søtpotet
½ pakke urtemiks

BBQ-glaserte kyllingvinger

650 g konfiterte
kyllingvinger med
koreansk barbecue
1 pakke bbq saus

Eplecoleslaw

1 stk grønt eple
200–300 g hodekål
1 stk gulrot
1 pakke hvitløksdressing
½ stk sitron

Topping

1 bunt gressløk
1 pakke chiliflak

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)
🏠 olje
🏠 salt
🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakt søtpotet:** Skyll og kutt søtpoteten i båter. Fordel søtpoteten på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, urtemiksen, salt og pepper. Stek søtpoteten i ovnen i 15–20 minutter, eller til de er gylne og møre.
- 3 **BBQ-glaserte kyllingvinger:** Legg pakken med kyllingvingene i en bolle med lunkent vann i omtrent 5 minutter. Trykk kyllingvingene forsiktig fra hverandre i pakken før du åpner den. Fordel kyllingen på et stekebrett med bakepapir, og stek den i ovnen i 10 minutter. Ta ut kyllingen, vend inn barbecuesausen, og stek den videre i ovnen i omtrent 8 minutter.
- 4 **Eplecoleslaw:** Skyll eplet og hodekålen. Skrell gulroten. Grov riv gulroten og eplet på et rivjern. Kutt hodekålen i tynne strimler. Bland sammen grønnsakene og hvitløksdressing i en salatbolle. Smak til med litt saft fra sitronen, salt og pepper.
- 5 **Topping:** Skyll, tørk og finhakk gressløken. Topp retten med gressløken, og chiliflakene for litt hete. God middag!

Tips fra kokken: For hetere kyllingvinger, kan du vende inn chiliflakene med kyllingvingene ved steking.