



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



30 - 40 MIN. TILBEREDNING

BBQ kyllingekøller med majskolber, purløgsdressing og gnavegrønt

Det skal du bruge

2 stk majskolber
600 g bbq kyllingekøller
½ pakke bbq sauce
¾ tsk sambal oelek
½ spsk æbleeddike
1 fed hvidløg
½ pakke purløg, frisk
1 dl creme fraiche
2 spsk mayonnaise
1 stk gulerod
1 stk gul peber
1 stilk bladselleri

Du skal selv have:

Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1** Tænd grillen, hvis du ønsker at tilberede retten på grill. Ellers tænd ovnen og varm op til 210°C (Varmluft).
- 2** **Majskolber:** Fjern blade og trådene på majskolberne og del i to. **Grill:** Grill ved middelhøj varme 12-15 min. Pensl dem med smør undervejs og krydr med salt og peber. Vend dem ofte. **Ovn:** Pak kolberne ind i staniol med lidt smør, salt og peber. Bag ca. 20-25 min.
- 3** **BBQ kyllingekøller Grill:** Læg BBQ køllerne i en foliebakke eller på staniol og grill 15 min. på direkte varme. Vend dem undervejs. **Ovn:** Kom BBQ køllerne i ovnen og bag i 15 min. Vend dem undervejs. **Marinade:** Smelt 1 spsk smør og bland godt sammen med BBQ sauce, sambal oelek, æbleeddike og presset hvidløg. Vend køllerne i marinaden og grill/steg i videre 2-3 min.
- 4** **Purløgsdressing:** Skær/klip purløg fint og bland med creme fraiche og mayonnaise. Smag til med salt og peber.
- 5** **Gnavegrønt:** Skræl gulerod og skyl peberfrugt og bladselleri. Skær det hele i stave.
- 6** **Anret:** Servér BBQ køller med majskolber og gnavegrønt med purløgsdressing at dyppe i.

Allergener

Æg, Laktose, Mælk, Selleri, Sennep, Svovldioxid

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

| | |
|-------------------------|---------------------|
| Energi pr. portion: | 3.740 kj / 894 kcal |
| Indhold | Pr. portion |
| Fedt | 54,5 g |
| heraf mættede fedtsyrer | 19,4 g |
| Kulhydrat | 40,4 g |
| heraf sukkerarter | 22,0 g |
| Protein | 60,5 g |
| Salt | 2,4 g |
| Kostfibre | 6,6 g |