



 2 PORTIONER

 5 DAGES HOLDBARHED

 30 - 40 MIN. TILBEREDNING



# BBQ kyllingekøller med majskolber, purløgss dressing 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** **Purløgss dressing:** 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 purløgss dressing 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