



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Spicy mezze maniche med chili, kyckling och mozzarella

Ugnsrostade grönsaker

Zucchini 1 st
Bananschalottenlök 1 st
Tomat 1 st
Torkad oregano 2 tsk
Chili flakes 2 krm
🏠 Olivolja ½ tsk
🏠 Salt 2 krm

Kyckling i tomatsås

Kycklingfilé 300 g
Krossade tomater 1 förp
Torkad oregano 2 tsk
Chili flakes ½ tsk
🏠 Olivolja 1 msk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar
🏠 Flytande honung 1 tsk
🏠 Vatten ½ dl
🏠 Vitlök 2 klyftor
🏠 Kycklingbuljong 1 tärning
🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk

Till servering

Mezze maniche rigate
200 g
Mozzarella ½ förp
Ruccola 65 g
Chili flakes

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Ugnsrostade grönsaker:** Tärna zucchini (ca 2x2 cm). Klyfta bananschalottenlök och tomat. Lägg i en smord ugnform och blanda med torkad oregano, olivolja, salt och chili flakes. Tillaga högt upp i ugnen ca 15 min, tills grönsakerna fått lite färg.
3. Koka pasta enligt anvisning på förpackningen.
4. **Kyckling i tomatsås:** Skär kycklingfilé i mindre bitar. Hetta upp olivolja i en stekpanna och stek kycklingen ca 3 min, tills den fått fin färg. Krydda med lite salt och nymald svartpeppar. Tillsätt honung, krossade tomater, vatten, torkad oregano, pressad vitlök, chili flakes och smulad kycklingbuljong. Sjud ca 6 min, tills kycklingen är helt genomstekt (innertemp 72°C).
5. Bryt mozzarellan i mindre bitar. Vänd ner pasta och rostade grönsaker i pannan med kyckling och tomatsås. Smaka av med vitvinsvinäger.
6. Servera spicy mezze maniche toppad med mozzarella, ruccola och lite chili flakes.