



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

BBQ-chicken wraps med coleslaw

Marinad

Japansk soja 1 msk
 Paprikapulver 1 tsk
 Spiskummin 1 tsk
 Malen kanel 2 krm
 🏠 Tomatpuré 2 msk
 🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk
 🏠 Flytande honung 2 tsk
 🏠 Salt 1 krm

BBQ-chicken

Bananschalottenlök 1 st
 Kycklinglårfilé 300 g
 🏠 Olivolja
 🏠 Vatten ½ dl

Coleslaw

Vitkål 300 g
 Matyoghurt 1 dl
 Vitlök 1 klyfta
 🏠 Dijonsenap 2 tsk
 🏠 Salt 2 krm
 🏠 Svartpeppar

Till servering

Tomat 1 st
 Tortillabröd 1 förp
 Mixsallad 30 g

1. Marinad: Lägg tomatpuré i en bunke. Blanda med japansk soja, paprikapulver, vitvinsvinäger, honung, spiskummin, malen kanel och salt.
2. BBQ-chicken: Skiva bananschalottenlök och skär kycklinglårfilé i mindre bitar. Blanda med marinaden i bunken.
3. Coleslaw: Strimla vitkål tunt. Lägg i en bunke. Blanda med matyoghurt, dijonsenap, pressad vitlök, salt och lite nymald svartpeppar.
4. BBQ-chicken: Hetta upp lite olivolja i en rymlig stekpanna. Stek kyckling, lök och marinad ca 5 min. Tillsätt vatten och stek ytterligare ca 4 min, tills kycklingen är helt genomstekt (innertemp 72°C). Tillsätt eventuellt lite mer vatten om pannan blir torr, så att marinaden inte bränner.
5. Skiva tomat. Lägg upp i en skål. Värm gärna tortillabröden i en het torr stekpanna.
6. Fyll varma tortillabröd med BBQ-chicken, coleslaw och mixsallad. Servera direkt!