



Notera att ingredienser kan avvika från bilden

Barbequekryddad Bjärekyckling med morotssallad och rostad timjanpotatis

Rostad timjanpotatis

Småpotatis 400 g
Torkad timjan ½ förp
🏠 Bakplåtspapper 1 st
🏠 Olivolja
🏠 Salt 2 krm

Barbequekyckling

Kycklinglårfile 300 g
BBQ-sås 1 förp
🏠 Neutral olja
🏠 Salt

Vitlöksyoghurt

Matyoghurt 1 dl
Vitlök ½ klyfta
Torkad timjan ½ förp
🏠 Salt

Morotssallad

Morötter 300 g
Mixsallad 30 g
🏠 Olivolja
🏠 Vitvinsvinäger
🏠 Salt

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostad timjanpotatis:** Lägg potatis på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Blanda med lite olivolja, salt och torkad timjan. Rosta högt upp i ugnen ca 25 min, tills potatisen är klar.
3. **Barbequekyckling:** Hetta upp lite neutral olja i en stekpanna. Krydda kycklinglårfile med salt och stek ca 5 min per sida, tills den är helt genomstekt (innertemp 72°C). Blanda ner bbq-sås i stekpannan.
4. **Morotssallad:** Skala morötterna och fortsatt hyvla tunna remsor med potatisskalaren. Lägg i en salladsskål och blanda med mixsallad, lite olivolja, vitvinsvinäger och lite salt.
5. **Vitlöksyoghurt:** Lägg matyoghurt i en liten skål. Blanda med pressad vitlök, torkad timjan och lite salt.
6. Servera barbequekyckling med rostad timjanpotatis, morotssallad och vitlöksyoghurt.

TIPS! Putsa inte bort fett från kycklingen, det smälter i stekpannan och ger en god smak.