



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Citrusrostad kycklinglårfilé med caesardressad rotfruktssallad

Citrusrostad kyckling

Kycklinglårfilé 300 g
Citrus mix 1 påse
● Bakplåtspapper 1 st

Rostade rotfrukter

Potatis 400 g
Morötter 300 g
Romansallad 1 st
Snackgurka 1 st
Tomat 1 st

Caesaryoghurt

Parmesanost 1 bit
Matyoghurt 1 dl
Dijonsenap 2 tsk
Vitlök ½ klyfta
● Salt 1 krm

Att ha hemma ●

Bakplåtspapper, Olivolja,
Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Citrusrostad kyckling:** Lägg kycklinglårfilé i mitten på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Krydda med citrusmix.
3. **Rostade rotfrukter:** Kvarta potatis. Tvätta och skär morötter i grova bitar. Lägg potatis och morot runtom kycklingen. Ringla lite olivolja och krydda med salt och nymald svartpeppar över allting på plåten. Rosta allt i mitten av ugnen ca 20 min, tills kycklingen är helt genomstekt.
4. **Caesaryoghurt:** Finriv parmesanost. Lägg i en skål och blanda med matyoghurt, dijonsenap, pressad vitlök, salt och nymald svartpeppar.
5. Lägg upp den rostade kycklingen på ett fat. Bryt romansallad i grova bitar. Dela tomat och gurka i mindre bitar. Blanda de rostade rotfrukterna med romansallad, tomat, gurka och caesaryoghurt direkt på plåten.
6. Servera citrusrostad kyckling med caesardressad rotfruktssallad.