



Bildet kan avvike fra oppskriften.



2 porsjoner

🕒 Tar litt tid å lage

Kylling tandoori med mynteraita, hvitløksnan, lettsyltet rødløk, friske grønnsaker og basmatiris

Kylling tandoori

¼ stk lime
½ pakke yoghurt naturell
1 pakke garam masala
1 pakke red rub-krydder
350 g utbenet kyllinglår
u/skinn

Basmatiris

125 g basmatiris

Lettsyltet rødløk

1 stk rødløk
¼ stk lime

Mynteraita

½ pakke yoghurt naturell
½ stk agurk
1 pakke mynte

Hvitløksnan

½ stk kinesisk hvitløk
2 stk nanbrød
🏠 2 ss smør

Grønnsaker

½ stk agurk
1 stk tomat
1 bunt koriander

🏠 salt

🏠 aluminiumsfolie (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
- 2 **Kylling tandoori:** Bland yoghurten, mesteparten av garam masala-krydderet, red rub-krydderet, litt salt og saften fra halve limen i en stor bolle. Ha kyllingen i yoghurtblandingen, og la den stå i omtrent 15 minutter. Legg kyllingen på et stekebrett med aluminiumsfolie, og stek kyllingen midt i ovnen i omtrent 15 minutter, eller til den er gjennomstekt.
- 3 **Basmatiris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 4 **Lettsyltet rødløk:** Skrell og kutt rødløken i tynne skiver, og ha den i en skål. Press litt saft fra limen over, og bland inn litt salt.
- 5 **Mynteraita:** Skyll og kutt den halve agurken i terninger. Skyll og plukk myntebladene av stilkene. Kutt bladene i tynne strimler. Bland resten av yoghurten og resten av garam masalakrydderet sammen i en skål, og vend inn agurken og myntebladene. La raitaen stå på benken frem til servering.
- 6 **Hvitløksnan:** Finhakk den halve hvitløken. Smør nanbrødene med 2 ss smør, og dryss over den finhakkede hvitløken. Stek nanbrødene i ovnen de siste 3 minuttene av kyllingens steketid.
- 7 **Grønnsaker:** Skyll og kutt resten av agurken i tynne staver. Skyll og kutt tomaten i skiver. Skyll og grovhakk korianderen.
- 8 **Servering:** Fordel den lettsyltede rødløken, agurkstavene og tomatskivene på et serveringsfat, og server korianderen, resten av limebåtene, nanbrødene og raitaen til retten.