



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Konfitert kyllinglår med myk løk, appelsinbakt kålrot med spinat og potetmos

## Potetmos

350 g poteter

🏠 1 dl melk

🏠 ½ ss smør

## Appelsinbakt kålrot med spinat

300 g kålrot

1 stk appelsin

50 g spinat

## Konfitert kyllinglår med myk løk

1 stk gul løk

660 g konfiterte

kyllinglår med estragon og sitron

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
- 2 **Potetmos:** Skrell potetene, og kok dem i usaltet vann i omtrent 20–25 minutter, eller til de er gjennomkokte.
- 3 **Appelsinbakt kålrot med spinat:** Kutt skallet av kålroten, og kutt den i tommelstore staver. Ha kålrotstavene utover et stekebrett med bakepapir. Skyll appelsinen godt. Skyll spinaten. Riv litt appelsinskall (kun det oransje) over kålroten, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek kålroten i ovnen i omtrent 20 minutter, eller til den er mør.
- 4 **Konfitert kyllinglår med myk løk:** Skrell og kutt løken i skiver. Del kyllinglårerne i to gjennom leddet. Ta vare på slyen fra pakken. Varm opp en stor stekepanne eller kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen og løken under lokk i omtrent 15 minutter, eller til kyllingen er gjennomvarm og gyllen, og løken er myk. Snu kyllingen og løken av og til.
- 5 **Potetmos, fortsettelse:** Sil vannet av potetene når de er gjennomkokte, og la dem dampe seg tørre i kjelen. Bruk en visp eller stapper, og mos potetene sammen med ½ ss smør. Spe på med 1–2 dl melk, litt etter litt, mens du rører, til potetmosen har ønsket konsistens. Smak til med salt og pepper.
- 6 **Appelsinbakt kålrot med spinat, fortsettelse:** Skjær skallet av appelsinen, og kutt fruktkjøttet i terninger. Ta ut den ferdigstekte kålroten av ovnen, og vend inn appelsinen og spinaten.
- 7 **Konfitert kyllinglår med bløtsteckt løk, fortsettelse:** Ha slyen fra pakken over i kjelen med kyllingen, og varm raskt opp.

**Tips fra kokken:** Kyllingen kan også varmes med kålroten i ovnen, hvis du heller ønsker det.