



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15 - 20 min 👤 2 porsjoner

EKS_MM_004-2

Daddelglasert kylling med ovnsbakte blomkålskiver, raita og basmatiris

Basmatiris

125 g basmatiris

Ovnsbakte blomkålskiver

½ stk blomkål

Daddelglasert kylling

350 g utbenet kyllinglår
u/skinn

1 glass daddelchutney

Mynte og raita

1 bunt mynte

100 g raita

🏠 salt

🏠 olje

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Basmatiris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 3 **Ovnsbakte blomkålskiver:** Kutt den halve blomkålen i to, og kutt deretter hver del i tynne skiver. Legg blomkålskivene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje og salt. Stek blomkålen i ovnen i 15–20 minutter, eller til den er gyllen.
- 4 **Daddelglasert kylling:** Bland sammen kyllingen, daddelchutneyen og litt salt i en skål. Fordel kyllingen på et stekebrett med bakepapir, og stek den i ovnen i omtrent 15 minutter, eller til den er gjennomstekt.
- 5 **Mynte og raita:** Skyll og grovhakk mynten. Server mynten og raitaen til retten.

Tips fra kokken: Har du hvitløk eller ingefær liggende? Skrell og finhakk det, og bland det inn i kyllingen før du steker den i ovnen.