



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Lune piadinabrød fylt med yoghurtmarinert kylling, potetfries og frisk kålsalat

Fries og piadina

1 stk bakepotet
4 stk piadina

Marinert kylling

½ stk sitron
½ pakke yoghurt naturell
½–1 pakke ras el hanout
300 g skivet kyllingfilet

Kålsalat

1 bunt mynte
100 g finsnittet rødkål
½ stk sitron
1 pakke tranebær
75 g Mamma Mia salatblanding
1 ss olivenolje ^B

Servering

½ pakke yoghurt naturell
bakepapir (kan sløyfes) ^B
olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Fries og piadina:** Skyll og kutt poteten i tynne båter. Ha potetbåtene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek friesene i ovnen i omtrent 20 minutter. Vend på dem halvveis i steketiden for et jevnere resultat. Varm piadinabrødene på brettet med friesene de siste 5 minuttene av steketiden.
3. **Marinert kylling:** Skyll sitronen og finriv skallet (kun det gule) på et rivjern. Ha halve pakken med yoghurt i en bolle sammen med sitronskallet og ønsket mengde av ras el hanouten (se tips). Smak til med salt og pepper, og vend inn kyllingen.
4. **Kålsalat:** Skyll og grovhakk mynten. Ha mynten og rødkålen i en salatbolle, og vend inn 1 ss olivenolje. Smak til med saft fra sitronen, salt og pepper. Vend inn tranebærene og salatblandingen rett før servering.
5. **Marinert kylling, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen og marinaden i omtrent 4 minutter under omrøring, eller til kyllingen er gjennomstekt. Smak eventuelt til med litt mer salt og pepper.
6. **Servering:** Fyll piadinaene med kyllingen og kålsalaten, og server potetfriesene og resten av yoghurten til retten.



TIPS!

Ras el hanouten er ikke så sterk, men tilpass mengden og smaken på marinaden så den passer for alle i familien.