



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Chilikylling med porre og ovnbagte kartofler

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

Det skal du bruge

400 g kartofler, små
1 stk porre
½ pose ketchup
½ spsk sojasauce
½ spsk rød balsamico
½ tsk paprika
½ tsk sambal oelek
1 fed hvidløg
300 (420)* g kyllingeinderfilet
½ stk rød peber
1 dl yoghurt naturel

Det skal du have

salt ^b
peber ^b
olie ^b
sukker ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 225°C.
2. **Ovnbagte kartofler og porrer:** Del kartoflerne i halve og læg dem på en bageplade med bagepapir. Skær den hvide del af porren i ca. 2 cm stykker (Gem resten til senere). Skyl skiverne godt og bland dem sammen med kartoflerne og lidt olie og salt og peber. Bag det midt i ovnen i ca. 22 min. Vend i det undervejs.
3. **Marinade:** Hæld 1 spsk olie i en skål sammen med ketchup, 1 spsk vand, soja, balsamicoeddike, 1 tsk sukker, paprika, sambal oelek, presset hvidløg og lidt salt. Bland det godt. Skær kyllingestykker i to og kom dem i marinaden og rør rundt.
4. **Chilikylling:** Skær peberfrugt og resten af porren i strimler. Varm en stegepande op med lidt olie. Steg kyllingen i ca. 4 min. Tilsæt peberfrugt, porre, ¼ dl vand og marinaden og steg i yderligere 2 min. til kødet er gennemstegt.
5. Servér chilikylling med kartofler og porre og top med yoghurt.