



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Kyllingvinger i barbequesaus med ovnsbakte søtpoteter, grønnsaksstaver og hvitløksdressing

## Ovnsbakt søtpotet

1 stk søtpotet

## Kyllingvinger i barbequesaus

650 g konfiterte kyllingvinger med koreansk barbecue  
1 pakke barbecuesaus

## Grønnsaksstaver

1 stk rød paprika  
1 stk gulrot  
½ stk agurk

## Tilbehør

1 pakke hvitløksdressing

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

1 ts olje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Ovnsbakt søtpotete:** Skyll og kutt søtpoteten i staver. Fordel stavene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek søtpoteten i øvre del av ovnen i omtrent 20 minutter, eller til de er gjennomstekte. Vend på stavene et par ganger underveis i steketiden for et jevnere resultat.
3. **Kyllingvinger i barbequesaus:** Legg pakken med kyllingvinger i en bolle med lunkent vann i omtrent 5 minutter. Trykk kyllingvingene forsiktig fra hverandre i pakken før du åpner dem. Fordel kyllingen på et stekebrett med bakepapir, og stek den i ovnen under søtpoteten i omtrent 15 minutter. Vend om på kyllingen underveis i steketiden, slik at den blir jevnt stekt. Fordel barbequesausen over kyllingen når det gjenstår 5 minutter av steketiden.
4. **Grønnsaksstaver:** Skyll, rens og kutt paprikaen i staver. Skrell og kutt gulroten i staver. Skyll og kutt agurken i staver. Legg grønnsakene over på en tallerken.
5. **Tilbehør:** Server hvitløksdressing til retten

## TIPS!

Lag råkostsalat av grønnsakene. Grovrev agurken og gulrøttene på et rivjern, kutt paprikaen i tynne strimler, og bland med litt sitronsaft, sukker og salt. Du kan også bruke fingrene til å spise kyllingvingene.