



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Grillad kycklingfilé med ugnsrostade rotsaker och kryddsmör

Ugnsrostade rotfrukter

- Potatis 400 g
- Rotselleri 300 g
- Morot 2 st
- Bakplåtspapper 1 st
- Olivolja ½ msk
- Salt ½ tsk

Grillad kycklingfilé

- Kycklingfilé 300 g
- Salt ½ tsk

Kryddsmör

- Bananschalottenlök ½ st
- Rumstempererat smör 25 g
- Salt ½ krm
- Rökt chilimix 2 krm

Sallad

- Tomat 1 st
- Mixsallad 50 g
- Olivolja 1 tsk
- Balsamvinäger 1 tsk

Att ha hemma ●

- Bakplåtspapper,
- Balsamvinäger, Olivolja,
- Rumstempererat smör,
- Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig). Vill du grilla, tänd grillen!
2. **Ugnsrostade rotfrukter:** Skala rotselleri. Skär potatis, rotselleri och morot i grova bitar och lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Blanda med olivolja, salt och nymald svartpeppar. Tillaga mitt i ugnen ca 25 min, tills rotfrukterna är mjuka och fått fin färg.
3. **Grillad kycklingfilé:** Krydda kycklingfilé med salt och lite nymald svartpeppar. Ringlar över lite olivolja. Grilla eller stek kycklingen ca 3 min per sida. Tillaga klart på indirekt värme (sidan utan glöd) under lock ca 6-8 min, tills den är helt genomstekt.
4. **Kryddsmör:** Finhacka schalottenlök och lägg i en skål. Blanda ner smör, salt, rökt chilikrydda och lite nymald svartpeppar.
5. **Sallad:** Tärna tomat. Lägg tomat och mixsallad i en salladsskål. Blanda ner olivolja och balsamvinäger. Smaka av med lite salt.
6. Servera grillad kycklingfilé med ugnsrostad potatis, rotfrukter, sallad och toppa med en klick kryddsmör.

TIPS! Vill du grilla, tänd grillen i god tid!

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ