



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Pulled chicken i pitabrød med linsyltede rødløg og tzatziki

Pulled chicken i pita

1 stk rødløg
2 spsk hvidvinseddike
250 ca-g pulled chicken
½+½ stk skoleagurk
1 dl græsk yoghurt
½ pose persillade
½ stk rød peber
1 stk hjertesalat
1 dåse majserner
2 stk pitabrød

Det skal du selv have

sukker ^b

salt ^b

peber ^b

^b basisvare

- Syltede rødløg:** Pil og skær rødløg i tynde skiver. Kog ½ dl vand, vineddike og 3 spsk sukker op i en lille gryde. Tag det af varmen og vend løgskivene i. Lad det trække i lagen frem til servering.
- Pulled chicken:** Tænd ovnen og varm op til 220°C (Varmluft). Hæld kylling med væde i et lille ovnfast fad og dæk med stanniol. Sæt fadet i ovnen med det samme. Når ovnen er varm skal det have yderligere 10 min. Riv kødet fra hinanden med to gaffler.
- Tzatziki:** Skyl agurk og riv halvdelen groft på et rivejern og klem væden ud med hænderne. Bland agurk, yoghurt og persillade sammen i en skål. Smag til med salt og peber.
- Grønt:** Skyl peberfrugt og salaten. Skær peberfrugt og resten af agurk i tern og skær salaten i strimler. Hæld lagen fra majsene. Kom det hele i hver sin serveringsskål.
- Pitabrød:** Lun brødene i ovnen 3-4 min.
- Servering:** Fyld pitabrødene med pulled chicken, grønt, syltede rødløg og tzatziki.