



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Frisk sommersalat med marinert kylling, nektarin og epletzatziki

Ristet kjerneblanding

1 pakke kjerneblanding
½ pakke røkt chilimix

Epletzatziki

1 stk grønt eple
½ stk agurk
150 g yoghurt naturell
1 pakke persillade

Sommersalat

300 g kyllinggyros
½ stk agurk
1 stk nektarin
50 g Mamma Mia salatblanding
100 g finsnittet rødkål
1 pose hvitvinseddik 15ml
1 ss olivenolje ^B

Pitabrød

2 stk pitabrød

salt ^B
pepper ^B
olje ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
2. **Ristet kjerneblanding:** Varm opp en stekepanne til middels varme. Tilsett kjerneblandingen og rist den i omtrent 2 minutter til kjernene er gyldne. Drypp over litt olje og vend inn ønsket mengde av chilimixen. Ha kjernene over i en skål.
3. **Epletzatziki:** Skyll, og riv eplet og halve agurken på den grove siden av et rivjern. Klem ut vannet. Ha yoghurten i en skål og bland inn agurken, eplet og persilladen. Smak til med salt og pepper.
4. **Sommersalat:** Varm opp stekepannen fra punkt 1 til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingkjøttet i 6–7 minutter under omrøring, til det er gjennomstekt.
5. **Sommersalat, fortsettelse:** Kutt resten av agurken i terninger. Skyll og kutt nektarinen i båter. Ha salaten og rødkålen i en bolle og vend inn 1 ss olivenolje og eddiken. Fordel salaten på et stort fat, og topp med agurken, nektarinen og kyllingen.
6. **Pitabrød:** Stek pitabrødene som anvist på pakken.
7. Topp salaten med kjerneblandingen og server epletzatzikien og pitabrødene ved siden av.