



# Urtestekt kylling med ovnsbakte tomater, brokkoli, kokte poteter, ruccola og ajvar

**Kokte poteter og brokkoli**  
300 g småpoteter  
1 stk brokkoli

**Bakte cherrytomater**  
1 stk hvitløksfedd  
250 g cherrytomater  
1 pakke balsamicovinaigrette

**Urtestekt kylling**  
320 g utbenet kyllinglår  
u/skinn  
½–1 pakke urtemiks

**Dressing og topping**  
30 g ruccola  
1 pakke ajvar  
1 pakke hvitløksdressing

olje <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Kokte poteter og brokkoli:** Kok potetene i lettsaltet vann i 15–18 minutter, eller til de er gjennomkokte.
3. **Bakte cherrytomater:** Skrell og finhakk hvitløken, og skyll tomatene. Ha tomatene, balsamicovinaigretten og hvitløken i en ildfast form, og krydre med salt og pepper. Bak det hele i ovnen i 8–10 minutter.
4. **Urtestekt kylling:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Krydre kyllingen med salt og pepper, og stek den i 3–4 minutter på hver side, til den er gjennomstekt og gyllen. Vend inn urtemiksen det siste minuttet av steketiden.
5. **Kokte poteter og brokkoli, fortsettelse:** Kutt brokkolien i buketter, og skrell og kutt stilken i terninger. Kok brokkolien sammen med potetene de siste 3 minuttene av koketiden.
6. **Dressing og topping:** Skyll ruccolaen. Topp retten med ruccolaen, ajvaren og hvitløksdressing.

Bildet kan avvike noe fra oppskriften.