



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingsalat med tomat, squash, fetaost, nektarin og bulgur

Ovnsbakt kylling og squash

1 stk squash
300 g skivet kyllingfilet
1 pakke persillade

Bulgur

125 g bulgur
1 pakke høsebuljong

Tilbehør

1 stk nektarin
1 stk tomat
50 g fetaost
½ pakke grønn pesto

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft. Sett gjerne på grillfunksjon om du har det.
2. **Ovnsbakt kylling og squash:** Skyll og kutt squashen i store terninger. Legg squashen og kyllingen på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, persilladen, salt og pepper. Stek squashen og kyllingen i ovnen i 12-15 minutter.
3. **Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken, men ha høsebuljongen i kokevannet.
4. **Tilbehør:** Skyll og kutt nektarinene og tomaten i tynne båter, og smuldre fetaosten.
5. **Servering:** Bland sammen bulguren, squashen, kyllingen og tomaten, og fordel det på et fat. Fordel nektarinbåtene og pestoen over, og topp med fetaosten.

TIPS!

Om været tillater det, er dette en fin rett å ta med ut på grillen. Mariner kyllingen med krydderblendingen og litt olje. Grill kyllingen på direkte varme. Cherrytomatene, squashen og nektarinene kan også fint grilles.