



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling med pesto, foliegrillede grønnsaker og pasta

Kylling og grønnsaker

1 stk hvitløksfedd
1 stk rødløk
1 stk tomat
1 stk rød paprika
½ stk squash
1 pakke balsamicovinaigrette
300 g sous vide-kyllingfilet med sitron og pepper
½ pakke grønn pesto

Pasta

200 g linguine

Servering

30 g ruccola

aluminiumsfolie ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp grillen slik at du har en sone med direkte varme. Kok opp lettsaltet vann i en kjele til pastaen.
2. Les gjennom oppskriften, finn frem og skyll de ingrediensene som trenger det.
3. **Kylling og grønnsaker:** Skrell og finhakk hvitløken, og kutt rødløken og tomaten i båter. Rens og kutt paprikaen i grove strimler og squashen i tykke skiver. Ha grønnsakene på et stort ark dobbel aluminiumsfolie, og vend inn balsamicovinaigretten, litt salt og pepper.
4. **Kylling med pesto og foliegrillede grønnsaker, fortsettelse:** Legg kyllingen oppå grønnsakene på folien, og fordel pestoen over. Hell sjuen fra kyllingpakken over grønnsakene, og brett aluminiumsfolien over grønnsakene og kyllingen. Lag ev. flere pakker hvis du synes det er enklere. Grill det hele over direkte varme under lokk i ca. 20 minutter.
5. **Pasta:** Tilbered pastaen i vannet fra punkt 1 som anvist på pakken.
6. **Servering:** Sil vannet fra den ferdigkokte pastaen, og vend den sammen med de grillede grønnsakene og sjuen fra foliepakken. Kutt kyllingen i skiver, og topp med ruccolaen.



TIPS!

Stek kylling- og grønnsakspakken i ovnen på 220 grader varmluft i ca. 20 minutter.