



Oppskrift

Appelsinmarinert hel kylling



Helstekt kylling er enklere enn du tror! Slik steker du hel kylling i ovn og marinert med appelsinsaft og deilig tilbehør.

1

Slik gjør du

Del sitronen og gni inn kyllingen med den ene sitronhalvdelen. Bland alt krydderet med oljen. Pensle blandingen jevnt over kyllingen. Skjær én av appelsinene i båter og fyll kyllingen med dem.

2

Press ut saften av den andre sitronhalvdelen og den andre appelsinen. Hell saften i en kjele og tilsett vann. Del løkene i to og legg dem i kjelen. Kok opp.

3

Sett et steketermometer i den tykkeste delen av fuglen. Stek kyllingen midt i ovnen ved 180 grader og i cirka 1 time – til oppnådd kjernetemperatur 68 grader C midt i brystet. Øs appelsinsausen over kyllingen på en seng av appelsinskiver, rødløk og koriander.

Tips! Server med ris eller pasta

Ingredienser

Du trenger

Hel kylling	1 stk
Sitron	1 stk
Salt	1 ts
Hvitløkspulver	1 ts
Paprikapulver	1 ts
Chilipulver	1 ts
Koriander	1 ts
Olje	2 ss
Appelsin	2 stk
Vann	2,5 dl
Rødløk	2 stk

Allergener