

Image not found or type unknown



## Oppskrift

# Braisert kylling overlår med ananas, chili, mango og agurk

Image not found or type unknown



## 1

### Slik gjør du

Pensle kylling overlårene med rapsolje. Grill dem på direkte varme til de er gygne.

Sett en aluminiumsbakk med eplejuice på indirekte varme. Legg de brunede overlårene i aluminiumsbakken og la dem stå til de har en kjernetemperatur på 65 grader.

## 2

Skrell ananasen og den i store staver. Pensle stavene med rapsolje og grill dem på direkte varme til de er gygne rundt hele.

Del den grillede ananasen i grove biter.

Skrell mangoen og del fruktkjøttet i grove biter.

Kutt agurken i lange tynne skiver på langs med en mandolin eller en ostehøvel.

Bland sammen ananas, mango og agurk i en bolle.

## 3

Ha over den finhakkede chilien, sitronsaft og olivenolje. Vend inn og smak til med salt og pepper.

Legg de grillede overlårene oppå ananassalaten.

Tips! Topp retten med frisk koriander før servering.

## Produkter i denne oppskriften

### Kylling overlår med sitron og papaya

Rk2arn6tah

Image not found or type unknown

## Ingredienser

### Du trenger

Kylling lårfilet	1 kg
Rapsolje	2 ss
Eplejuice	3 dl
Ananas	1 stk
Mango	1 stk
Agurk	1 stk
Rød Chili	1 stk
Olivenolje	8 ss
Sitronsaft	2 ss

### Allergener