HAUGEN-GRUPPEN

Kycklinglår Persillade (4 personer)

Preparation

Lägg kycklingen i en plastpåse, häll på BBQ-oil och marinera ca. 2-3 timmar i kylen. Vispa samman vinäger, honung och olja och låt rotfrukterna marinera i ca 20 minuter och slå sedan bort spadet. Trä upp kycklinglåren på dubbla grillspett och grilla på låg värme tills kycklingen är genomstekt och har fått fin färg. Dela spetten på längden mellan pinnarna och servera tillsammans med grönsaker och sås.



Produkter

kycklinglårfilé	Ca 600-800g
PersilladeBBQ oil	1 dl
Grillspett	
Caj P. Sriracha mayo	
rotfrukter, tunt skivade (t ex gulbeta, morot, schalottenlök och persiljerot)	600g
vinäger, mild vit	2 msk
honung, flytande	1 msk
rapsolja	1 msk
granatäpplekärnor	

*Allergener