



DANSK SOMMERKYLLING PÅ GRILL

4 PERSONER

Groft, sprødt og bare helt vildt sommerligt: Kylling på grill er nemt at lave, og den passer sig selv, mens du hygger om salaten og gæsterne. Her har vi matchet den med en frisk, sommerlig og fyldig salat, som du selv kan variere med sæsonens grøntsager. Velbekomme!

INGREDIENSER

- 1 hel kylling
- 3 æbler
- 2 dl. perlebyg
- 100 g. asparges
- 1 lille blomkålshoved
- En håndfuld spirer, for eksempel radise, rødbede eller solsikke
- 50 g. blåbær
- 4 spsk. olivenolie
- 1 tsk. honning
- 1 spsk. rød balsamico
- Salt og peber

TILBEREDNING

- Skær 1 æble i mindre stykke.
- Fjern evt. løst fedt fra enden af kyllingen og kom æblestykkerne ind i kyllingen. Gnid skindet med rigeligt salt og et drys peber.
- Steg den på grillen i cirka 1,5 time, afhængig af kyllingens størrelse.
- Kog imens perlebyg efter anvisning på pakken
- Knæk asparges der, hvor de selv knækker, så langt nede på stilken som muligt.
- Del blomkålshovedet i små mundrette bidder og skær 2 æbler i tynde både.
- Rør olivenolie, honning og rød balsamico sammen med salt til en dressing. Kom perlebyg, grønt og frugt op på et fad og hæld dressingen over.
- TIP:** Du kan fint lave salaten på forhånd, vent da med at komme æbler, spirer og bær på salaten til umiddelbart inden servering.

