



KYLLINGE MED FRISKE URTER, GRILLEDE BØNNER PÅ PIND OG HASSELBACK KARTOFLER

4 PERSONER

Fyld kyllingen med de lækreste og mest aromatiske sommerkrydderurter og citron, og server med grillede bønner på pind, hasselback kartofler med en sprød overflade af persillesmør og parmesan samt en frisk salat med sommerens skønne rabarber og grillede pitachips med yoghurtcreme.

INGREDIENSER

- 1 hel kylling
- 1 spsk. groft salt
- 1 tsk. friskkværnet peber
- 3 dl. blandede krydderurter, f.eks. timian, persille, rosmarin og basilikum
- 2 spsk. fintrevet citronskal
- 200 g grønne bønner
- 1 tsk. olie
- Salt
- 4 store kartofler
- 3 spsk. smør
- 1 spsk. finthakket persille
- Salt, peber
- 2 spsk. fintrevet parmesan
- 100 g friskost

TILBEREDNING

Gnid kyllingen med groft salt og friskkværnet peber både på ydersiden og indersiden.

Hak krydderurter groft og bland med citronskal. Kom blandingen ind i kyllingen og grill kyllingen ca. 60 minutter til den er gennemstegt.

Nip bønnerne og kog dem i letsaltet vand 1-2 minutter. Hæld straks koldt vand på og lad dem dryppe godt af. Læg 5-6 bønner ved siden af hinanden og stik så 2 grillpinde af træ igennem bønnerne. Pensl hver bønne-firkant med olie, drys med lidt salt og grill dem 4-5 minutter ved høj varme. Tag bønnerne af varmen og skær så bønne-firkanten i 2 stykker, så hver grillpind indeholder små sprøde bønnestykker.

Skær dybe riller i kartoflerne, så de blot hænger sammen fornedden. Læg evt. en spisepind på hver side af kartofflen og skær ned indtil kniven rammer spisepinden. Smelt smørret og bland det med hakket persille. Fordel smørblandingen på kartoflerne så det kommer ned i alle rillerne. Drys salt, peber og parmesan på kartoflerne og bag

1 dl. yoghurt eller creme fraiche

1 spsk. revet citronskal

Salt, peber

2 forårsløg

2 stængler rabarber

1 dl. hindbæreddike

$\frac{1}{2}$ dl. flydende honning

100 g blandet babysalat

2 fuldkorns pitabrød

1 tsk. olie

Salt, peber

dem ca. 60 minutter til de er møre.

Rør friskost med creme fraiche, revet citronskal, salt og peber. Skær forårsløg i meget tynde skiver.

Skær rabarber i meget tynde skiver og overhæld dem med en blanding af hindbæreddike og flydende honning. Lad dem trække mindst 30 minutter og gerne mere. Anret blandet babysalat med rabarber.

Lav pitachips ved at flække pitabrødene og skære dem i trekanter. Pensl med olie og drys med salt og peber. Grill pitachips et par minutter på hver side, til de er gyldne og sprøde.

Server kyllingen med grillede grønne bønner på pind, hasselback kartofler toppet med yoghurtcreme og forårsløg, salat med rabarber samt pitachips.