



HEL KYLLING I STEGEPOSE MED VARM BULGURSALAT

4 PERSONER

Opskriften er udviklet af:

INGREDIENSER

1 stk. hel kylling i stegepose

BULGURSALAT

200 g bulgur

60 g squash

2 fed hvidløg

1 stk. rødløg

1/2 rød peberfrugt

1/2 gul peberfrugt

PERSILLEDRESSING

1 bundt frisk persille

1 fed hvidløg

1,5 dl. raps- eller solsikkeolie

Salt

TILBEREDNING

Hel kylling i stegepose fra De Danske Familiegårde er færdigkrydret og klar til at sætte i ovnen. Hele emballagen sættes direkte i en forvarmet ovn på 200 grader alm. ovn i ca. 75 minutter. Imens kyllingen passer sig selv, så skal grøntsagerne gøres klar.

Skær grøntsagerne i grove stykker og strimler. Kom dem i et ildfast fad og vend dem med lidt olie, salt og peber.

Kog bulgur efter pakkens anvisning.

En halv time før kyllingen er færdig, stilles det ildfaste fad med grøntsager ind i ovnen. Lad grøntsagerne bage i 30 minutter.

Nu skal persilledressingen laves. Blend frisk persille, olie, salt og hvidløg til en grøn olie.

Når kyllingen er færdig klippes posen op og den er klar til servering. Den kogte bulgur vendes sammen med de bagte grøntsager og persilledressingen.

