



CREMET ORZO MED HELE UDBENEDE KYLLINGELÅR

2 PERSONER

Opskriften er udviklet af: Beksemad

INGREDIENSER

1 pk. hele udbenede kyllingelår
2 dl orzo (pasta)
7 dl kogende vand + 1 terning hønsebouillon
1 spsk. olivenolie
2 gulerødder
2 peberfrugter (rød og gul/orange)
1 rødløg
2 spsk. tomatpuré
70 gram parmesanost
1 knivspids cayennepeber
1 knivspids røget paprika
Salt og peber
Frisk persille

TILBEREDNING

Tænd ovnen på 200 grader varmluft. Kom bagepapir på en bageplade og læg de udbenede kyllingelår fladt på bagepladen.

Skræl gulerødder og skær dem samt peberfrugter og rødløg i små tern. Kom kyllingen i den forvarmede ovn og giv dem 20-25 minutter alt efter tykkelsen.

Varm en sauterpande med olivenolie op og steg grøntsagerne ved middelvarme i et par minutter. Tilsæt tomatpuré og lad det brænde af i et minuts tid. Kom orzo på og rør godt sammen. Tilsæt 1/3 del af bouillon. Lad det koge ind, kom endnu 1/3 del på, kog ind og gentag med sidste 1/3 del. Riv parmesanost og vend ca. 50 gram i. Gem resten til at drysse over ved servering. Krydr med cayennepeber, røget paprika og peber, og smag til med salt.

Servér orzo med hele udbenede kyllingelår, drys med revet parmesanost og lidt persille.

