Grillad kyckling
RECEPT

Grillad kyckling



TID	20 mins
INGREDIENSER	8 varor
PORTIONER	2 serveringar

Grillat kycklingbröst är den perfekta måltiden! Magert och mört kött med massor av grönsaker och sallad som tillbehör.

INGREDIENSER

- 2 msk olivolja
- 2 Stycken kycklingbröst
- 1 tsk spiskummin
- 1 tsk paprika
- 1 tsk oregano
- 1 citron, skivad
- En liten handfull persilja, hackad
- 1 Förpackning Ben's Original™ Express Rice & Vegetables

INSTRUKTIONER

1. Placera kycklingbrösten mellan två bitar av fettsäkert papper och platta till med en

kavel tills dem är jämntjocka. Täck dem sedan med olja och samtliga torkade kryddor.
2. Placera en stekpanna på medium värme och lägg i kycklingen. Stek i 10-12 minuter tills de är gyllenbruna och genomstekta.
3. Under tiden värmer du riset enligt instruktioner. Servera kycklingen på en tallrik med ris och garnera med citron och persilja efter egen smak.

KATEGORIER:

Andra traditionella recept, 15 - 30min, Express ris

FLER LIKNANDE RECEPT



Kyckling pita

Tid

35 mins

Ingredienser

13 varor



Grillad kyckling

Tid

20 mins

Ingredienser

8 varor



Koreansk bibimbap

Tid

40 mins

Ingredienser

19 varor

Source URL: *https://se.bensoriginal.com/recept/grillad-kyckling*