



**Kylling med rosmarin og citron**

Skøn hverdagsmad, men kan også sagtens serveres som afslappet gæstemad.



Bedøm opskrift



60+ min



Jun – Okt



Dagligt grønt



Lav på laktose



Lav på gluten

## Ingredienser

4 pers.

2 tomater

1 squash eller agurk

1 stor rød peberfrugt

2 løg

1 usprøjtet citron i både

1 håndfuld små rosmarinkviste

1 spsk. olivenolie

Salt og peber

1 kylling, ca. 1500 g

2 spsk citronsaft

1 spsk olivenolie

1-2 fed hvidløg

Salt og peber

*Opskrift og styling Bente Nissen Lundsgaard*

*Foto: Henrik Freek*

# Tilberedning

- 1 Skær tomaterne i kvarte. Skær squash eller agurk og peberfrugt i tern ca. 3x3 cm. Skær løgene i både. Bland grøntsagerne i en bradepande smurt med olie. Fordel citronbådene og rosmarinkviste over. Dryp med olivenolie og krydr med salt og peber.
- 2 Skær kyllingen i 8-10 stykker og fordel dem over grøntsagerne. Dryp den med citronsaft og olivenolie rørt med presset hvidløg. Krydr med salt og peber.
- 3 Stil kyllingeretten i ovnen ved 200 gr. på midterste ovnribbe i ca. 1 time. Tjek at kyllingen er gennemstegt.



## Tip

Du kan udskifte rosmarin med frisk timian eller 2 spsk. tørret oregano.

Du kan også stege grøntsager og kylling i hver deres fad.

