inköpslistan.se

Av: Lotta Kruse

6 port

Kyckling, Huvudrätt, Lättlagat, Fest, I ugn

BACONLINDAD OREGANOKYCKLING I UGNEN

Lättlagad kycklingrätt för ugnen med massor av smak! Tack vare "lite" parmesan ovanpå alltihop blir oliver och kronärtskocka knaprigt och gott.

Ingredienser

6 st kycklingfile
2 pkt bacon
400 g kronärtskockshjärtan *(marinerade)*
1 dl oliver, svarta
1 dl oliver, gröna
250 g körsbärstomater *(halverade)*
1 kruka oregano
olivolja
salt
svartpeppar
parmesan *(riven)*
smör
rapsolja

Serveras med

500 g pasta tagliatelle

Gör så här

1. Sätt ugnen på 200°C.

2. Smörj en ugnsform med smör och rapsolja.

3. Skölj, torka av och ansa kycklingfiléerna. Linda baconskivor runt filéerna.

4. Lägg filéerna i ugnsformen. Fördela kronärtskocka, oliver och tomater runt kycklingen i formen.

5. Strö över oreganoblad och ringla över olivolja. Salta och svartpeppra.

6. Strö över riven parmesanost och tillaga i ugnen på 200°C i 35-40 minuter. Om du använder termometer ska kycklingfilén nå en innertemperatur på 72°.

7. Koka pastan 10 min innan kycklingen är klar.