



Oppskrift

Kyllingnuggets i airfryer



Prøv denne retten til middag: sprø nuggets av kylling sammen med ertesalat, smuldret fetaost, pomes frites og frisk yoghurtdressign med mynte. Slik steker du nuggets i airfryer, raskt og enkelt!

1

Slik gjør du

Ha pommes frites (bruk helst de som er litt tykke) i en plastpose.

Hell på 0,5ss olje og rist posen så alle bitene blir oljet.

Forvarm airfryeren til ca 190 grader.

Hell pommes fritesen i forvarmet airfryer. Stek i totalt 12 min.

2

Stek nuggets sammen med pommes frites i airfryer

Når pommes frites har stekt i ca 2 minutter.:

Spray eller pensle ferdig grillede nuggets rett fra posen med litt olje og legg de oppå pommes fritten.

Stek så pommes frites og nuggets videre i 8-10 min til nuggetsene og pommes frites til de er gyldne og sprø.

Rist på kurven to ganger underveis i steking.

3

Slik lager du ertesalat

Tin ertene på benken og ha de i en bolle. Finhakk chili og vend inn sammen med minispinat og hakket mynte.

Hellover olje og saften av 1/2 sitron. Hell alt på et fat og smuldre over fetaost. Server med litt ekstra sitron eller limebåter.

4

Slik lager du yoghurt dressing

Lag en god yoghurt dressing til. Ha yoghurt i en bolle. Finhakk hvitløk og mynte og ha i dette sammen med honning.

Vend godt og smak til med salt og pepper.

Topp med hakket mynte.

Perfekt tilbehør til nuggets og pommes frites.

TIPS! Sweet chilisaus er også god til som dipp. Enkelt og går raskt i hverdagen:-)

5

Servering

Server ertesalat, yoghurt dressing med stekte nuggets og pommes frites.

Produkter i denne oppskriften

Kylling Nuggets 290g

Ingredienser

Du trenger

PRIOR nuggets 290 g

Pommes frites 500 g (gjerne litt tykke)

Ertesalat

Grønne erter 1 (frosne) pose

Grønn chili 1 stk

Fetaost 1 pk

Spinat 1/2 pk

Sitron 1 pk

Olivenolje 3 ss

Salt & Pepper

Yoghurtdressing

Yoghurt naturell 2 dl

Hvitløk 1 fedd

Honning 1 ss

Mynte 2 stilker

Salt & Pepper

Allergener

Melkeprotein inkl laktose