

Ovnbagt kylling med grøntsager

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Beskrivelse

Hak rødløg og peberfrugt groft. Fordel bønner, rødløg og peberfrugt i et smurt ildfast fad.

Krydr kyllingefileterne med salt og peber. Rul serranoskinke omkring kyllingefileterne og læg stykkerne ovenpå grøntsagerne.

Kom fadet i ovnen og bag i ca. 40 minutter ved 200 grader.

Ingredienser

6-8 stk. kyllingeinderfileter

400 g frosne bønner

2 rødløg

1 rød peberfrugt

100 g serranoskinke

Olie

Salt

Peber