

Ugnstekta kycklingvingar

UGNSSTEKTA KYCKLINGVINGAR

För 4 personer

TILLAGNINGSTID:

40 minuter

1 kg kycklingvingar

1,5 dl olivolja

3 tsk rökt paprikapulver

2 tsk chilipulver

2 tsk lökpulver

1 tsk vitlökspulver

1 tsk timjan

1,5 tsk himalayasalt

HUSGERÅD

Måttsats

Bunke

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Ugnstekta kycklingvingar

Ugnstekta kycklingvingar

Ugnstekta kycklingvingar är så gott och enkelt! Något vi gärna äter till fredagsmyset eller tar med på utflykten.

Det är en härligt och något primitiv känsla som sprider sig i kroppen när man äter med händerna och antingen älskar man det eller så inte, vi älskar det!

Ät dessa ljuvliga kycklingvingar precis som de är, med händerna serverade med eventuellt en krämig och god [majonnäs](#).

Gör även ett besök på bloggen och ta del av våra [tankar kring receptet](#) Ugnstekta kycklingvingar.

Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Blanda samman [olivolja](#), salt och kryddor i en [bunke](#)
- Vänd ner kycklingvingarna i blandningen
- Se till att blandningen fördelar sig väl över vingarna



- Lägg ett bakplåtspapper på en ugnsplåt
- Fördela kycklingvingarna över plåten

Ugnstekta kycklingvingar



- Sätt in plåten i övre delen av ugnen och grädda i 30 minuter
- Ta ut kycklingvingarna från ugnen och njut!



Ugnstekta kycklingvingar smakar lika bra varma som kalla.

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.