

Ugnsgrillad kyckling

UGNSGRILLAD KYCKLING

För fyra personer

Valfri mängd kycklingdelar

Efter tycke & smak himalayasalt/havssalt

Efter tycke & smak valfri krydda (vi använde en ekologisk grillkrydda)

Efter tycke & smak olivolja

HUSGERÅD

Kniv

Ugnsgrillad kyckling

Ugnsgrillad kyckling

Så här gör du:

- Sätt ugnen på 200 grader
- Ringla lite olivolja över en djup plåt
- Fördela dina kycklingdelar över plåten
- Salta och krydda kycklingen
- Pensla lite olivolja på kycklingen
- Tillaga i ugnen i 25-30 minuter, kolla med en liten kniv så att kycklingen är vit och saftig
- Kycklingen är klar att avnjutas!

Ät din kyckling tillsammans med [Ugnsrostade rotfrukter](#) eller varför inte en god [Mango Chutney](#) och en stor och härlig sallad.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se \[shoppingcarticon\]](#)



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.
