

# Alt i et fad med kylling og kartofler

Opskrift til 4 personer

Samlet tid

30 minutter

## Ingredienser

### Alt i et fad

- 400 g kyllingebryst
- 350 g kartofler
- 300 g blomkål
- 1 dåse (eller æske) butterbeans
- lidt olie, salt, peber og paprika

### Hvidløgsdressing

- 2 store spsk. creme fraiche
- 1 spsk. mayonaise
- 1 tsk. citronsaft
- lidt salt og peber
- et godt nip stødt spidskommen og koriander
- 1/2 tsk. sukker
- 1/2 fed hvidløg
- 1 tsk. eddike

### Chiliolie

- 3 spsk. tomatpuré
- 1/2 dl olie
- 1/2 fed hvidløg
- 1 tsk. chiliflager
- 1 tsk. sukker
- lidt salt og peber

### Topping

- persille eller andre friske urter
- lidt forårsløg

## Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 200 grader.
2. Tag en bageplade ud med bagepapir på og skær kylling, kartofler og blomkål i mindre stykker. Kom alle 3 ting på bagepladen. Dræn butterbeans og kom også disse på bagepladen. Hæld lidt olie over og drys med krydderier. Bag i 25 minutters tid, til det er gyldent, kyllingen er gennembagt og kartoflerne er let bløde/ møre.
3. Imens det bager i ovnen, kan du lave dine dressinger.
4. Kom ingredienser til begge dele i hvert sit marmeladeglas. Hvidløg skrælles og rives.

5. Ryst dem sammen og top dit fad med dem + lidt persille