

Ingredienser

- 2 dl græsk yoghurt eller andet surmælksprodukt
- 1 løg / forårsløg
- 3 fed hvidløg
- 1 tsk. spidskommen
- 1/2 tsk. tørret chili (eller frisk)
- 1 tsk. gurkemeje
- 1/2 citron eller lime
- 1 håndfuld persille
- salt og peber
- 450 g. kyllingefilet

Sådan gør du

1. Hak løg, hvidløg og persille og kom det i en skål sammen med yoghurt, krydderier og citronsaft
2. Kom kyllingen i og vend den godt rundt
3. Lad det stå og trække i en times tid.
4. Kom dem evt. på et lille spyd (bare fordi det ser lidt fint ud) og steg på en pande / eller bag dem i et ovnfast fad (uden spyd) i ovnen ved 200 grader i ca. 15 minutter.