

Pulled chicken

Opskrift til 2-4 personer

Jeg har skrevet at det rækker til 2-4 personer, det afhænger af hvordan du spiser det. Hvis det er i sandwich, i salater, i pandekager osv. så er der nok til 4. Hvis du bare spiser skålen med kylling som det primære, måske sammen med lidt ved siden af – er det kun nok til 2 personer.

Denne portion rækker altid til vores familie på 4 + vi har lidt rester til dagen efter.

Forberedelsestid

10 minutter

Tilberedelsestid

10 minutter

Samlet tid

20 minutter

Ingredienser

- 2 store kyllingebryst
- 1 dl olivenolie
- 1 stor spsk. brun farin
- 1 god tsk. paprika
- 1/2 tsk. stødt koriander
- 1 god tsk. spidskommen
- saft fra 1 lime
- godt med salt og peber
- et drys chilipulver eller lidt af en frisk chili

Sådan gør du

1. Kom kylling i en gryde med vand og lad det koge i 10-15 minutter, til det er gennemkogt.
2. Træk det fra hinanden med to gafler eller skær det fra hinanden
3. I en skål blandes alle ingredienserne sammen fra listen (minus kylling)
4. Kom så kyllingen ned i marinaden og spis