

Oppskrift

American BBQ: Flatbird av Livèchekylling



1

Klipp vekk ryggbeinet på kyllingen og brett den ut flatt.

2

Kjør alle ingrediensene til marinaden i en blender. Ta av 1 dl.

Mariner kyllingen i resten av marinaden, i 6-9 timer, gjerne over natten.

Bland den ene desiliteren med marinade som ble tatt ut med honning og rødvinseddik.

3

Strø salt og pepper over kyllingen. Grill på indirekte varme, mens den jevnlig får noen penselstrøk av honningmarinaden. Grill i 35-40 minutter, til en kjernetemperatur på ca. 62°C.

4

Pensle på mer marinade og legg over direkte varme, slik at den får fine grillstriper. Grill i 6-8 minutter, til en kjernetemperatur på ca. 70°C. Legg til side og la hvile i 10-15 minutter.

Produkter i denne oppskriften

Livechekylling Hel i Dyptrekker 3 stk



Ingredienser

Livèchekylling, hel

Marinade

Koriander, finhakket

2 dl

Sitron, zest

2 ss

Sitron, saften

4 ss

Appelsin, zest

3 ss

Appelsin, saften

4 ss

Lime, zest

2 ts

Lime, saften

4 ss

Løk

0,5 stk

Hvitløksfedd

6 stk

Rødvinseddik

7 ss

Brunt sukker

3 ss

Soyasaus

2 ss

Marinade

Under grilling

Oregano, frisk	3 ts
Spisskummen	1,5 ts
Flaksalt	1,5 ts
Røkt paprikapulver	1 ts
Worchestershiresaus	1 ts
Pepper	0,5 ts
Chipotle-krydder	0,5 ts
Salt og pepper	

Under grilling

Marinaden	1 dl
Honning	0,5 dl
Rødvinseddik	2 ss