



KYCKLING

Kyckling i ugn

Kock: **Per Morberg** Tid: **120 min** Portioner: **4**

Att laga helstekt kyckling i ugn är enkelt.

Man kryddar bara lite och stoppar sen in hela kycklingen i ugnen och serverar den med en god sås. Kyckling i ugn passar perfekt för många tillfällen och brukar bli en given succé när man har gäster på besök

Den bästa kycklingen är den som går och pickar på ladugårdsbacken och som du nackar, fyller med vitlök, dragon och citron och långsamt rostar i ugnen.

Kyckling i ugn är en av mina personliga favoriter.



INGREDIENSER

Kyckling

- 1 st färsk hel kyckling (1.5 kg)
- 3 st schalottenlökar
- 6 st vitlöksklyftor
- 1 st citron
- 3 kvistar färsk dragon (eller inlagd)
- 1 nypa salt
- 1 nypa peppar



1 msk tamarisoja
5 dl hönsbuljong

Dragonsås

4 dl hönsbuljong (eller sky från kycklingen)
1 msk färsk hackad dragon
3 dl vispgrädde
1 nypa salt och peppar

Stekt potatis

600 g kokt potatis
1 msk rapsolja
1 msk smör
1 msk ströbröd
1 nypa salt och peppar

Tillbehör

250 g haricots verts
1 msk smör + salt

GÖR SÅ HÄR

- 1** Varm ugnen till 175°.
- 2** Skala och skär löken och vitlöken i bitar. Skär bort skalet på citronen och skär den i bitar. Fyll kycklingen med lök, vitlök och citron samt dragonkvistarna. Salta och peppra kycklingen runt om och lägg den i en ugnssäker form.
- 3** Rör ner sojan i buljongen och ha lite av den i formen. Sätt in formen mitt i ugnen och stek kycklingen i 1 1/4 - 1 1/2 timme. Ös den ofta med buljongen och tillsätt mer efter hand. Höj värmen till 250° mot slutet så att kycklingen får fin färg.
- 4** Ha skyn från kycklingen, dragon och vispgrädde i en kastrull och koka ihop tills cirka hälften återstår och såsen har lagom konsistens. Smaka eventuellt av med salt och peppar.
- 5** Skär potatisen i bitar. Hetta upp smör och olja i en stekpanna. Tillsätt potatisen, stök över ströbrödet, salta och peppra och stek potatisen gyllenbrun. Skaka pannen ofta.
- 6** Koka upp lätsaltat vatten och lägg i haricots vertsen. Koka dem mjuka, cirka 5 minuter, och ha sedan bort vattnet. Lägg i en smörklick, rör runt och salta.

7

Servera kycklingen med sas, potatis och haricots verts.