

# Orange kyllingelår med bagte rødbeder

4 Portioner

## Ingredienser

8-10 Danpo kyllingeunderlår  
3/4 kg små rødbeder  
1/4 dl olivenolie  
Saft og appelsinskal fra 1/2 appelsin  
1 tsk. fintrevet frisk ingefær  
1 tsk. stødt spidskommen  
Salt, peber  
1 stor håndfulde rødbedeblade

## Tilbehør<strong>

Brød  
Yoghurt

## Tilberedning

Skræl rødbederne og skær dem i mindre stykker. Læg rødbederne på et stort stykke alufolie eller i en foliebakke. Dryp rødbederne med olivenolie og appelsinsaft. Krydr med revet appelsinskal, revet ingefær, spidskommen, salt og peber.

Læg kyllingelårene i et ovnfast fad, riv appelsinskallen hen over og dryp med appelsinsaft. Steg kyllingelårene i ovnen sammen med rødbederne, ca. 45 min. ved 200°C.

Bland rødbederne godt med rødbedeblade og server dem til kyllingelårene sammen med brød og yoghurt.

Velbekomme.

<strong>  
</strong>

