

Fyldt, grillet kotelet med tapenade og cherrytomater

10 personer

Ingredienser

10 stk kyllingekoteletter
250 g flødeost
250 g hakkede grønne oliven uden sten
4-5 spsk kapers
4-5 stk rød chili
4 spsk olivenolie
8-10 spsk hakket persille
2 kg cherrytomater på stilk

Tilbehør: Brød eller kartofler

Tilberedning

Bland oliven, kapers, finthakket chili, olivenolie og persille. Tag 1 spsk fra, og rør den sammen med flødeost.

Skær en lomme i hver kotelet og fyld den osteblandingen. Luk med en kødnål eller tandstik, og grill koteletterne indirekte i ca. 20 minutter. Grill til sidst koteletterne 5 minutter direkte over kullene.

Skyl tomaterne og grill dem direkte over kullene til de er lige ved at briste. Server tomaterne til kødet sammen med resten af tapenaden.

Energi per. person: 2925 kJ (696 kcal)
Energifordeling: Protein: 22 %, kulhydrat: 38 %, fedt: 40 %

