

Kyckling med krispigt tacotäcke

Tid: 20 minuter



4 portioner

- ♣ 500 g kycklingfiléer
- 15 tortilla eller nachos
- 35 g tacokrydda

Till servering:

- ♣ 300 g majs-korn
- ♣ 0,5 tärnad gurka
- ♣ 150 g sallad
- ♣ 3 tomater, i biter
- 30 tortilla eller nachos
- ♣ 3 dl valfri tacosås
- ♣ 3 dl gräddfil

♣ = finns i Coops ekologiska sortiment

Ugn: 250°

Gör så här

Dela varje filé i 4-5 långsmala bitar. Lägg chipsen i en plastpåse och bulta med knuten näve eller en träslev så att de krossas till små smulor. Häll i tacokryddan och blanda runt. Lägg kycklingen i plastpåsen och vänd runt så att den blir panerad runt om.

Lägg bitarna på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Grilla i övre delen av ugnen av tills kycklingen är genomstekt och ytan knaprig ca 10 minuter.

Servering

Servera med tacosås, kalla eller varma majs-korn, tomater, gurka, sallad, chips och eventuellt gräddfil