



## Ugnstekt färsk kyckling

(för 4–5 pers)

1 färsk kyckling  
2 msk margarin  
1 tsk salt  
1–2 kryddmått vit-  
eller svartpeppar  
1 tsk äkta soja  
(1 tsk paprikapulver  
och 1 kryddmått curry  
eller 1 tsk örtekrydda  
t ex rosmarin, dragon,  
oregano)

Sätt ugnen på 175°

Dela kycklingen i halvor: Lägg den med ryggen upp. Skär med kraftig kniv längs ryggraden. Fläk ut och dela den i två halvor.

Smält margarinet på ett ugnssäkert fat i ugnen. Blanda salt, peppar och soja med det smälta margarinet, ev också paprikapulver och curry. Pensla kycklinghalvorna runt om. Strö gärna någon örtekrydda på undersidan av kycklinghalvorna. (Örtekryddor är känsliga för värme)

Lägg kycklinghalvorna med skinnsidan upp på fatet. Sätt in det i mitten av ugnen och stek ca 45 min. Pensla halvorna med skyn någon gång under stekningen. Strö ev lite örtekrydda också på översidorna mot slutet av stekningen.

Tag upp kycklinghalvorna och dela dem i bitar. Späd i fatet med lite varmt vatten. Häll upp skyn i en kastrull och koka ihop den lite. Smaksätt gärna med lite grädde. Skyn kan också redas till sås. Servera med de bakade potatishalvorna och en grönsallad med t ex tomat och gurka.

Att steka kyckling i halvor i ugn är bekvämt, ingen extra bryning behövs. Den färskaste kycklingen passar särskilt bra att ugnstekas. Den får knaprigt god stekskorpa och saftigt kött.