

Tillagningstips för Bjärekyckling

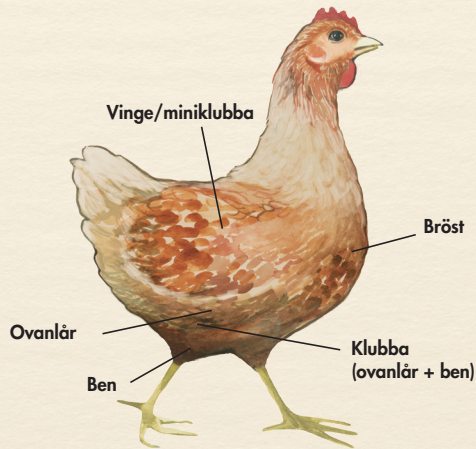
Bröst • Lårfilé • Ovanlår • Ben • Klubb Vingar • Miniklubbor

1. Krydda Bjärekycklingen.
2. Lägg kycklingen på ett galler med en djup panna under och stek klart i ugn. Se ugnstemperatur i tabell.
3. Tag ut kycklingen när innertemperaturen på den tjockaste delen har rätt gradantal.
4. Bryn bröst eller lårfilé. Övriga delar behöver ej brynas. Låt vila i fem minuter innan servering

Hel kyckling

1. Krydda kycklingen.
2. Lägg kycklingen på ett galler med en djup panna under och stek i ugn på 225°C i 25 minuter. Sänk temperaturen till 120°C och stek vidare tills innertemperaturen på den tjockaste delen av bröstet har nått 72°C, cirka 35 min.
3. Låt vila i fem minuter innan servering.

**BJÄRE
KYCKLING**



	Bröst	Lårfilé	Ovanlår	Hel kyckling
Ugnstemperatur:	120°C	120°C	225°C	225°C +120°C
Innertemperatur:	68°C	72°C	75°C	72°C
Cirka tillagningstid:	*20 min	*15 min	*20 min	*25 + 35 min

	Miniklubbor	Ben	Klubbor	Vingar
Ugnstemperatur:	225°C	225°C	225°C	225°C
Innertemperatur:	85°C	85°C	85°C	85°C
Cirka tillagningstid:	*20min	*25 min	*30 min	*20 min

*Tider i ugn är beräknade på en varmluftsugn. Lägg till några minuter om ni använder vanlig ugn. Kolla även så att kötsaften är klar. Allra bäst är dock att använda en stektermometer.