

Fokhagymás-citromos sült csirkecomb zöldbabsalátával



Feltöltötte:
Finta László

Hozzávalók

4 db csirkecomb (bőrös, csontos)

3 gerezd fokhagyma (összezúzva)

1 citrom leve

3 evőkanál olívaolaj

1 teáskanál szárított oregánó

Só és bors ízlés szerint

300 g zöldbab

1 evőkanál vaj

1 kis fej vöröshagyma (aprítva)

2 evőkanál balsamecet

Elkészítés

Elkészítés:

Melegítsd elő a sütőt 200 ° C-ra.

Keverd össze a fokhagymát, citromlevet, olívaolajat, oregánót, sót és borsot egy tálban.

Ezzel a keveréssel kend be a csirkecombokat.

Helyezd a combokat egy tepsibe, és süsd 35-40 percig, amíg aranybarnára nem pirulnak, és a belső hőmérséklete eléri a 75 ° C-ot.

Közben a zöldbabot enyhén sós vízben főzd meg, majd szórd le.

Egy serpenyőben olvaszd meg a vaját, add hozzá a hagymát és párold üvegesre.

Add hozzá a zöldbabot és a balzsamecetet, keverd át, majd pár perc alatt pirítsd össze.

Tálald a sült csirkecombot a zöldbabsalátával.