Fokhagymás-citromos sült csirkecomb zöldbabsalátával

Feltöltötte:
Finta László

Hozzávalók

4 db csirkecomb (b ő rös, csontos)

3 gerezd fokhagyma (összezúzva)

1 citrom leve

3 ev ő kanál olívaolaj

1 teáskanál szárított oregánó

Só és bors ízlés szerint

300 g zöldbab

1 ev ő kanál vaj

1 kis fej vöröshagyma (aprítva)

2 ev ő kanál balzsamecet

Elkészítés

Elkészítés:

Melegítsd el ő a süt ő t 200 ° C-ra.

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

Ezzel a keverékkel kend be a csirkecombokat.

Helyezd a combokat egy tepsibe, és süsd 35-40 percig, amíg aranybarnára nem pirulnak, és a bels ő h ő mérséklete eléri a 75 ° C-ot.

Közben a zöldbabot enyhén sós vízben f ő zd meg, majd sz ű rd le.

Egy serpeny ő ben olvaszd meg a vajat, 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.