



Cajunmais med kylling og søtpotet 4 personer

4 grillete kyllinglår
2 ss BBQ-saus

Ovnsbakt søtpotet

3 søtpoteter
2 ss olje
flaksalt



Vask søtpotetene og skjær dem i båter. Legg båtene på bakepapir på en plate og hell oljen over. Vend potetbåtene i oljen og sett dem inn i ovnen på 225 grader i ca. 10–15 minutter. Hell i mellomtiden vannet av maisen og bønnene. Strimle salatløk og fres den i oljen, tilsett mais, bønner, tigersaus, liquid smoke og vend blandingen i

Cajunmais

1 boks à 198 g Green Giant mais med paprika, avrent
100 g svarte bønner
100 g kidneybønner
2 salatløk
1 ss olje
2 ts tigersaus
2–4 dråper liquid smoke, hickorysmak
2 lime

sausen. Ta ut søtpotetene og strø over flaksalt. Grill kyllinglårerne og pensle med BBQ-saus når de er ferdige. Del limen i to og grill med snittflaten ned.

Tips! Serveres med matyoghurt eller crème fraîche!