

2. Kyllingebryst og grillede courgetter med hvidl

Ingredienser

4 stk. kyllingebryster
2 courgetter
2 fed hvidløg
4 spsk. olie

Del courgetterne i to på den lange led. Pres hvidløg ned i olien, og smør det ud på skærefladen af courgetterne. Krydr med salt og peber. Grill eller steg dem i ovnen til de tager farve. De skrumber ind pga. stort væskeindhold, men de smager dejligt alligevel.

Grill eller steg kyllingebrysterne ca. 5 minutter på hver side til saften er klar, når der trykkes på dem.

Server med kartoffelsalat eller grøn salat.

