BAL VE LİMONLU KIZARMIŞ TAVUK

İç karışımı:
1 tavuk (yaklaşık 1,5 kg)
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 adet soyulmuş kırmızı soğan
1 yeşil kabak
1 sarı kabak
1 tatlı elma
2 kayısı
İnce ince doğranmış 2 diş sarımsak
Doğranmış taze kekik
Dilediğiniz kadar taze öğütülmüş Himalaya tuzu ve karabiber
Marinat:
200 g bal
1 büyük limonun suyu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz ve taze öğütülmüş karabiber

İç karışım için sebzeleri MultiChopper'a sığacak kadar küçük parçalar halinde doğrayın.
MultiChopper aksesuarıyla XL Doğrayıcıyı kullanarak iç malzemelerinin her birini küçük parçalar halinde doğrayın. Bir kaba alıp 2 yemek kaşığı zeytinyağıyla karıştırın. Tuz ve karabiber ekleyin.
Fırınlamadan hemen önce tavuğun içini hafifçe iç karışımıyla doldurun, çok fazla karışım koymayın. Artan karışım, 170°C'de hafif yağlanmış güveçte 30 dk boyunca pişirilebilir.
Fırını önceden 230°C'ye kadar ısıtın. Tavuğu önceden ısıtılmış fırına koyup 10 dk boyunca pişirin.
Bir tavada bal ve limon suyunu kısık/orta ateşte ısıtıp üzerine tuz ve karabiber ekleyin.
Fırın sıcaklığını 175°C'ye düşürün. Bal ve limon marinatını fırçayla tavuğun üzerine sürün ve 90 dakika (veya 500 g başına 20 dakika) boyunca fırında pişirin.
Tamamı bitene kadar her 30 dakikada bir bal marinatını fırçayla tavuğun üzerine sürün.
Tavuk yaklaşık 90 dakika sonra tamamen pişmiş olmalıdır.
İnce kıyılmış maydanozla süsleyin

Not: Et termometresi kullanıyorsanız tavuğun göğüs etinin iç sıcaklığı 77°C, but kısmı ise 185°C olmalıdır. Doldurulmuş tavuğun pişmesi daha uzun sürebilir. Termometreniz yoksa tavuğun suyu tamamen berrak olana kadar pişirin.

© lezzetler.com tarif no:128017 • adı:Bal ve Limonlu Kızarmış Tavuk • gönderen:Sevgi Saygı • indirme tarihi:25.04.2024 - 01:48