



Продукты

- Цыпленок 1 шт.
- Лук 1 шт., Сельдерей 3-4 палочки
- Имбирь 1 ч.л., Чеснок 3-4 дольки
- Перец 2 шт., Кабачки 2 шт, Тимьян 2-3 веточки

Добавил(а) Оля

10.12.13 15:47 - Последнее обновление 16.09.14 19:35

- Мёд 2 ст.л., специи для курицы 2 ч.л.
- Соль, перец, Оливковое масло



Смешиваем мёд, специи, 2 ч.л. соли.

Полученной пастой натираем цыпленка со всех сторон и оставляем мариноваться на 30-40 мину



Овощи нарезаем.

Чеснок давим ножом. Имбирь нарезаем крупными кусочками.



В раскаленное оливковое масло кладём чеснок и имбирь. Обжариваем до румяной корочки и вытаскиваем из масла.



В сковороду с ароматным маслом выкладываем лук, перец и сельдерей. Немного солим, добавляем стпеции по вкусу и пассируем до золотистого цвета.

Добавил(а) Оля 10.12.13 15:47 - Последнее обновление 16.09.14 19:35



Кабачки нарезаем кольцами.



Выкладываем кабачки в жаропрочную чашу, которую можно использовать в духовке.



На кабачки выкладываем овощи и веточки тимьяна.



Сверху на овощи кладём цыпленка. Ставим чашу в разогретую до 180 градусов духовку и запекаем 1 час.



Цыпленок получился очень сочным и ароматным.



Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}