



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Pollo Marinato in Forno

Fırında Terbiyeli Tavuk



1 kg. carne di pollo senza ossa (Filetto)
3 pepe di chiarliston
1 cipolla secca
2 pomodori
3 spicchi d'aglio
1 tazzina di caffè olio di mais
2 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di pepenero
1 cucchiaino di peperoncino rosso
1 cucchiaino di timo
1 cucchiaino di kori (tipica spezie)

- # La carne di pollo si taglia a dado, e si mettono in una ciotola a profonda.
- # Sopra si mettono la cipolla tagliata finemente, aglio trattugliati finemente, pepenero, peperoncino, timo, kori e sale.
- # Dopo averli miscelati gli ingredienti si aggiungono le pepe di chiarliston tagliate e si miscela.
- # Questa miscela si inserisce nella parte del frigo e si lascia a riposare per 2 ore (se spera una notte prima sarà meglio il gusto)
- # Quando arriva il momento di cucinamento pollo marinato, si fa uscire dal frigo, sopra si aggiungono i pomodori sbucciati e tagliati come dimensione del dado. Questa miscela si inserisce nel vassoio del forno, si fissa bene la sopra.
- # Il forno si regola a 210 gradi e pollo marinato si dà in forno e si cucina finché diventa il colore vede. (30 - 35 minuti)
- # Dopo averli cucinati il piatto si spegne il forno, e si lascia a riposare per 5 minuti senza aprire il coperchio del forno.
- # si servira a caldo.

Nota: Aggiungersi dei pomodori subito prima del cucinamento è per non cambiarsi le figure ed i colori dei pomodori.