



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Курица с Овощами в Фольге

Fırında Sebzeli Tavuk



4 куриных окорочка
15 стручков зелёной фасоли
2 картофеля
1 кабачёк
4 зелёных длинных перца
1 помидор
1 баклажан
2 чайн.ложки соли
1,5 стол.ложки муки
Пол стакана молока
1 стол.ложка томат.пасты
Пол стакана раст.масла

- # Фасоль,картофель,кабачёк,баклажан,перцы очистить и порезать равными кусочками.
- # Овощи положить в глубокую посуду,добавить томат.пасту,молоко,муку, соль,осторожно помешать.
- # Фольгу (50см.) разрезать на 4 равные части.
- # В фольгу положить ¼ овощей и кусочков помидор,сверху выложить 1 окорочёк.
- # Овощи и курицу завернуть в фольгу.Положить на противень краями фольги вниз.
- # Так же приготовить и завернуть остальные 3 части.
- # Запекать 1 час в духовке,при температуре 190,подавать горячим.

Это блюдо можно так же приготовить с другими овощами (морковь, цветная капуста, лук-порей).