

SOCZYSTY KURCZAK ZAGRODOWY W MARYNACIE KLONOWEJ, NADZIEWANY KASZĄ PĘCZAK, Z SEZAMEM I GRANATEM

3,5h

Lista składników:

Kurczak Zagrodowy wadze ok. 1,5 kg

1 szklanka ugotowanej kaszy pęczak

1 mała cebula

odrobina kurkumy

2 łyżeczki suszonej pietruszki

2 łyżki masła

4 łyżki syropu klonowego

2 łyżki sosu sojowego ciemnego

2,5 łyżeczki soku z cytryny

2 ząbki czosnku

3 łyżeczki musztardy

sól i pieprz do smaku

1/2 granatu

3-4 łyżeczki sezamu



Umytego i osuszonego kurczaka dokładnie natrzyj solą i pieprzem, w środku i na zewnątrz. Syrop klonowy, sos sojowy, sok z cytryny, przeciśnięty przez praskę czosnek, musztardę, sól i pieprz do smaku wymieszaj w miseczce. Gotową marynatą wysmaruj dokładnie kurczaka (wewnątrz i na zewnątrz). Pozostaw na 1 – 2 h w lodówce.

Po tym czasie kaszę pęczak przesmaż na patelni z masłem, kurkumą i suszoną pietruszką. Ostudź lekko farsz i nadziej nim kurczaka, zepnij go wykałaczkami, żeby nic nie wypadło.

Piecz kurczaka w temperaturze 180 stopni C przez około 2 godziny. Pod koniec pieczenia polewaj w

kilkuminutowych odstępach kurczaka sosem wytworzonym podczas pieczenia i posyp sezamem.

Upieczonego kurczaka podawaj na sałacie, np. roszponce. Całość posyp ziarenkami granatu.