



Ingrediente 4 Porții

◆ = Kotányi Produkte

1 bucată	Pui, întreg
6 lingură	Ulei de floarea soarelui
3 lingură	◆ Grill pui amestec de asezonare
	◆ Sare de mare iodată
	◆ Piper negru măcinat

Pentru tabbouleh

400 g	Bulgur
0.5 bucată	Castravete
200 g	Roșii cherry
1 bucată	Ceapă galbenă
40 g	Pătrunjel, proaspăt
20 g	Mentă, proaspătă
4 lingură	Ulei de măsline
1 bucată	Lămâie

Pui întreg la grătar cu tabbouleh

🕒 90–110 Min. 

Pregătire

- 1 Unge tot puiul cu ulei de floarea soarelui și amestec de aseasonare Kotányi Grilled Pui până când este bine marinat. Apoi lasă-l la infuzat scurt timp.
- 2 Pentru prepararea pe grătar: Prepară pe un rotisor timp de aproximativ 80 minute la 160 °C–180 °C (320 °F–356 °F) cu ușa închisă. Pentru a prepara în cuptor: Prepară puiul într-un vas la cuptor timp de 1 minut la 220 °C (392 °F), folosind setarea de cuptor convențional. Acoperă cu folie din aluminiu dacă se rumenește prea mult.
- 3 Fierbe bulgurul 10 minute într-o oală cu apă și sare.
- 4 Curăță castravetele de coajă, taie-l în patru pe lungime și scoate pulpa. Taie-o în bucăți mici. Taie roșiile cherry în patru. Curăță de coajă ceapa și taie-o mărunt. Toacă mare pătrunjelul și menta.
- 5 Scurge bulgurul și adaugă ulei de măsline, zeamă de lămâie, ceapă, castravete și roșii cherry. Asezonează cu sare și piper.
- 6 Servește tabbouleh-ul pe o farfurie, așază puiul la grătar deasupra și servește.

