

 Grill-Geflügel Huhn
mit taboule

Курица-гриль с салатом «Табуле»

 90—110 Мин.   

Способ приготовления

Ингредиенты 4 Порции

 = Kotányi Produkte

1 шт.	Целая куриная тушка
6 ст. л.	Подсолнечное масло
3 ст. л.	 Приправа для гриля и шашлыка для румяной курочки
	 Соль морская
	 Перец черный молотый

Салат «Табуле»

400 г	Булгур
0.5 шт.	Огурец
200 г	Помидоры черри
1 шт.	Репчатый лук
40 г	Свежая петрушка
20 г	Свежая мята
4 ст. л.	Оливковое масло
1 шт.	Лимон

- 1 Тщательно натрите курицу приправой Птица на углях и подсолнечным маслом. Оставьте на короткое время.
- 2 Курица-гриль: Готовьте на вертеле около 80 минут при температуре 160–180°C с закрытой крышкой. В духовке: Запекайте курицу в духовке в течение 1 часа при температуре 220°C. Если курица начнет слишком поджариваться, накройте ее фольгой.
- 3 Варите булгур в подсоленной воде в течение 10 минут.
- 4 Очистите огурец, разрежьте его вдоль на четыре части и удалите мякоть. Мелко нарежьте кубиками. Нарежьте помидоры черри на четвертинки. Очистите и мелко нарежьте лук. Крупно порубите петрушку и мяту.
- 5 Слейте булгур и смешайте с оливковым маслом, лимонным соком, луком, огурцом и помидорами черри. Добавьте соль и перец.
- 6 Выложите салат «Табуле» на тарелку, положите сверху курицу и подавайте к столу.

