

Курица-гриль с салатом «Табуле»

90–110 Мин.

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

Способ приготовления

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 сильно подрумяниваться, 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.