



PUI LA CUPTOR CU PLANTE AROMATICE

DURATĂ DE PREGĂTIRE: 1 H 45

INGREDIENTE

- 120 g unt nesărat, moale
- 1 mână de pătrunjel, tocat mare
- 1 mână mică de cimbru, rupt mare
- 1 mână mică de rozmarin, rupt mare
- 1 pui întreg, ~1,5 kg, cu interiorul înlăturat
- 2-3 morcovi mari, curățați și tăiați bastonașe
- 2-3 păstârnaci mari, curățați și tăiați jumătăți
- 2 linguri ulei de măsline
- Sare și piper proaspăt măcinat

METODĂ DE PREPARARE

1. Preîncălziți cuptorul la 180 °C (160 ° ventilator), gaz 4.
2. Blenduiți untul cu pătrunjelul și aproximativ jumătate din cantitatea de cimbru și rozmarin în Blenderul iCook. Asezonați cu sare și piper.
3. Desfaceți cu atenție pielea din partea superioară a puiului folosind degetele.
4. Așezați ușor untul cu ierburi între pielea desfăcută și pieptul de pui. Așezați puilul pe un pat de morcovi, păstârnac și ierburile rămase, într-o tavă.
5. Întindeți ulei de măsline pe exteriorul puilului. Asezonați cu sare și piper.
6. Așezați într-o oală iCook de 4 litri și lăsați la cuptor timp de o oră și 20 de minute (sucurile trebuie să curgă liber când este înțepată cea mai groasă parte a pulpei)
7. Scoateți de la cuptor. Acoperiți cu folie de aluminiu timp de 10 minute înainte de a servi.