



Sposób przygotowania

Kurczaka myjemy, osuszamy na ręczniku papierowym. Olej mieszamy z pieprzem cytrynowym, oregano oraz solą. Nacieramy marynatą mięso z każdej strony, odstawiamy. Batata obieramy, gotujemy 10 min w osolonym wrzątku, dodajemy dynię. Gotujemy kolejne 5 min. Odcedzone i osuszone warzywa kroimy w kostkę. Kurczaka faszujemy warzywami, związujemy nóżki. Pieczemy 1 godz. w piekarniku nagrzanym do 180 st. W połowie pieczenia przekreślamy delikatnie mięso na drugą stronę.

Kurczak pieczony faszerowany dynią z batatem



Składniki

- 1.3 kg Kurczak cały, wypatroszony
- 5 łyżek olej rzepakowy z chili
- 2 łyżki pieprz cytrynowy
- 2 łyżki suszone oregano
- 1 łyżeczka sól
- 300 g miąższ z dyni
- 300 g batat
- 1 łyżeczka sól