

Pieczony kurczak Maryland



Można było go usmażyć, ale miałam ochotę na kurczaka w wersji pieczonej i w końcu upiekłam. Wyszedł chudy i soczysty w środku, lekko chrupiący na zewnątrz. Zjedliśmy z ziemniakami i pomidorem, ale pasować będzie zarówno do makaronu, jak i do ryżu oraz z dodatkiem każdej surówki - na ciepło i na zimno.

Składniki:

- kilka kawałków kurczaka (pałki lub podudzia), raczej małych
- bułka tarta (ok. półtorej szklanki)
- mąka pszenna (ok. szklanki)
- 2 rozbełtane w całości jajka
- sól i czosnek granulowany do smaku
- 3-4 łyżki oliwy lub oleju

Wykonanie:

1. Kawałki kurczaka myjemy, osuszamy, odkrawamy tłuszcz.
2. Mięso obsypujemy solą i czosnkiem granulowanym (jeśli ktoś nie przepada za czosnkiem, może z niego zrezygnować, można też dodać inne ulubione zioła i przyprawy). Kawałki wstawiamy w misce do lodówki, na ok. 15 minut.

3. Kurczaka panierujemy w mące, potem w jajkach, na koniec dokładnie w bułce tartej. Układamy na blaszce (najlepiej na ruszcie). Skrapiamy oliwą.

4. Mięso pieczemy ok. 60-75 minut w piekarniku nagrzanym do 200 stopni Celsjusza.