

# טחנת הגליל אלבאבור, נצרת.

רח הבשורה, כניסה לשוק מכיוון המעיין, 04-6455596, www.elbabour.co.il



## עוף בתנור מתובל בפירינה ספאייס:

מצרכים:

- עוף במשקל 1 ק"ג.
- מיץ לימון לניקוי העוף.
- 1 כפית גדושה תבלין פירינה ספאייס.
- 1 כפית גדושה מלח
- 1 בצל גדול גדול חתוך לטבעות
- 1 בצל שלם מחורץ
- חוט ומחט לתפירת העוף
- נייר אלומיניום .
- מיים חמים

מנקים את העוף היטב

משפשפים מבפנים ומבחוץ במיץ לימון ושוטפים את העוף מתבלים העוף בתערובת פירינה ספאייס מבפנים וגם מבחוץ.

פורסים בתבנית נייר אלומיניום ומניחים את טבעות הבצל במרכז. שמים ראש הבצל המחורץ בתוך העוף ותופרים את העוף בחוט ומחט בתפר יפה ככל שניתן מניחים העוף המתובל על טבעות הבצל. מחממים את התנור ל170 מעלות ומכניסים את התבנית לתנור בחלק התחתון לחצי שעה . מכסים את התבנית לנייר אלומיניום מבלי לסגור לגמרי. להשאיר את העוף מכוסה אך מאורר בתנור כשעה וחצי . מוסיפים כוס מים חמים לתבנית מסביב העוף, כדי שהעוף לא יתייבש. לחילופין ניתן לשים כלי עם מים בתחתית התנור. יוצר אותו אפקט של לחות והעוף לא יתייבש. אחרי שעה וחצי נוספות מוציאים העוף מהתנור ומגישים. אפשר להגיש את העוף עם סלט עם אורז, מרק, עם ירקות אפויים מהמתכון הקודם.. עוף בתנור משתלב על השולחן עם מאכלים רבים.