Kurczęta z glazurą morelową

Kurczak, indyk i wieprzowina wspaniale smakują, gdy są upieczone w glazurze ze 160 g dżemu morelowego lub z czerwonej porzeczki wymieszanego z 1 łyżką musztardy dijon. Jeśli dżem jest kwaśny, można do niego dodać brązowego cukru.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

110 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

3 łyżki selera naciowego, posiekanego
3 łyżki cebuli, posiekanej
1/4 łyżeczki masła
2 i 1/2 czerstwej bułki, pokrojonej w kostkę
100 g pieczarek marynowanych, pokrojonych w plasterki
1 i 1/2 łyżeczki przyprawy do kurczaka
1/2 łyżeczki suszonej szałwii
1/4 łyżeczki soli
1/4 łyżeczki pieprzu
3–4 łyżki wywaru drobiowego
4 małe kurczęta (po 550 g każde)
350 g konfitury morelowej, podgrzanej

szczypior z 4 cebul dymek
gałązki świeżego rozmarynu

PRZYGOTOWANIE:

1) Roztopić masło na patelni. Podsmażyć seler i cebulę. Zdjąć z ognia. Dodać bułkę, pieczarki, zioła i przyprawy. Zwilżyć farsz wywarem.

2) Nafaszerować kurczęta. Związać nóżki. Ułożyć piersiami do góry na ruszcie w brytfannie. Przykryć i piec 45 minut w temperaturze 180°C.

3) Posmarować konfiturą. Piec bez przykrycia kolejne 30–45 minut. Smarować sosem co 15 minut.

4) Wrzucić szczypior do wrzątku na kilka sekund, następnie owinąć nim nóżki w miejscu, gdzie
zostały związane nicią lub rozwiązać. Ułożyć kurczęta na półmisku. Dekorować gałązkami rozmarynu.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 1009 kcal, 42 g tłuszczów (w tym 15 g NKT), 216 mg cholesterolu, 1239 mg sodu, 116 g węglowodanów, 4 g błonnika, 43 g białka

Źródło zdjęcia: Adobe Stock