



רכיבים

- קילוגרם עוף במשקל 2 ק"ג בערך
- שיני שום כתוש קלופות וקצוצות
- כפות אורגנו
- כפות שמיר טרי וקצוץ
- כפית פלפל שחור
- לימון שטוף
- לפי הטעם שמן זית
- לפי הטעם מלח
- תפוח אדמה קלופים וחתוכים לפלחים כמו אשכולית
- בצל גדולים, קלופים וחתוכים לשישיות
- שיני שום כתוש לא קלופות
- גזר קלופים וקצוצים גס
- שומר חתוך לשישיות
- בטטה גדולה קלופה וחתוכה כמו תפוחי האדמה
- לפת חתוכה לשמיניות
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. שוטפים את העוף ומייבשים אותו.
2. מחממים תנור לחום של 180 מעלות.
3. מערבבים בקערית את השום הקצוץ, עשב התיבול וכפית פלפל שחור.
4. תוחבים שתי אצבעות מכל צד בין עור הצוואר לבשר החזה של העוף (זה נפרד בקלות). מכניסים פנימה את תערובת השום (חצי מכל צד) ומעסים כך שהתערובת תתפזר ותחדור גם אל מתחת לעור השוקיים. כשהעור יגיר שומן, טעמי השום והתבלינים ייספגו יחד אתו בבשר.
5. ממליחים ומפלפלים את העוף מבפנים ומבחוץ.
6. יוצקים שמן זית כך שיכסה בשכבה דקה תבנית אפיייה גדולה עם שוליים גבוהים (הכי טוב תבנית פיירקס) שמים את כל הירקות בפנים (או רק בצל-תפוח"א-שיני שום, או כל מה שבחרתם להוסיף מרשימת ה"אפשר גם"). מפזרים מלח ופלפל ומערבבים היטב, כך שכל הירקות ייטבלו בשמן.
7. דוקרים את הלימון השטוף במזלג כמה פעמים ותוחבים אותו לחלל העוף. מניחים את העוף על הצד (עם כנף אחת כלפי מעלה) על גבי הירקות. יוצקים על העוף מעט שמן זית ומורחים אותו בשמן. מכניסים לתנור וצולים עשרים דקות.
8. הופכים את העוף כך שהכנף השנייה תהיה כלפי מעלה. צולים עוד עשרים דקות.
9. הופכים את העוף כך שהחזה יהיה כלפי מטה והכנפיים בצדדים. מגבירים את חום התנור ל-200 מעלות וצולים עוד עשרים דקות.
10. בודקים שכשדוקרים את העוף המיצים הניגרים ממנו שקופים ולא ורודים ושעורו שחום (אם המיצים ורודים או שהעוף חיוור, ממשיכים לצלות עוד כמה דקות). מוציאים מהתנור ונותנים לעוף לנוח עשר דקות.
11. מחלקים למנות הגשה ומגישים עם הירקות. ליד השולחן חוצים את הלימון שהיה בתוך העוף (זהירות, הוא חם!) וסוחטים מעל הבשר.

6 servings 6