

כרעי עוף בלימון וזיתים



רכיבים

- כרע הודו שטופים, מיובשים ומתובלים במלח
- כפות שמן זית
- בצל קלופים וחתוכים לקוביות
- שיני שום קלופות ופרוסות דק
- 1/2 2/1 כוס לימונים כבושים
- 1/2 2/1 כוסות מים רותחים
- כפות מרק טעם עוף ר.טבעיים
- 1/2 2/1 כוס זיתים מגולענים ללא גלעינים
- לימון פרוס לפרוסות דקות
- 1/2 2/1 כפיות כמון טחון טחון
- 1/2 2/1 כפית פלפל שחור
- כף פפריקה אדומה מתוקה
- 1/2 2/1 כפית כפית
- קורט קינמון טחון
- כפית מלח

הכנה

1. מחממים תנור לחום בינוני של 180 מעלות.
2. בכלי רחב, המתאים לגז ולתנור, מחממים את השמן, מזהיבים את העופות מכל הצדדים ושומרים בצד.
3. מוסיפים את הבצל לכלי ומטגנים תוך כדי ערבוב כ-7 דקות, עד לקבלת גוון שקוף.
4. מוסיפים את שיני השום ומטגנים עוד כ-2 דקות.
5. מחזירים את העופות לכלי, מוסיפים את הנוזלים והתבלינים יחד עם הזיתים ופרוסות הלימון, מביאים לרתיחה ומכסים.
6. מעבירים לתנור החם ל-40 דקות.
7. מרטיבים את העוף עם הנוזלים וממשיכים לאפות עוד כ-15 דקות.
8. מגישים חם (רצוי עם אורז לבן).

70 דקות

6 servings 6