



Pui cu lamaie, in stil mediteranean

Pentru niste papile gustative pretentioase si obisnuite cu savoarea mediteraneana acest pui cu lamaie va reprezenta un pranz delicios si usor. Si... nu este nici greu de preparat!



Ingrediente

- 3-4 pulpe intregi de pui
- 5 cartofi
- 50 grame ulei de masline
- zeama de la 2 lamai
- 4-5 catei mari de usturoi
- sare, piper, oregano, busuioc

Preparare

Curatam cartofii si ii taiem cuburi mai mari, spalam pulpele de pui si le dam cu sare si piper.



Intr-un bol amestecam uleiul, zeama de lamaie, usturoiul pisat si condimentele.

Completam cu 150 ml apa.



Intr-o tava asezam carnea si cartofii, peste care turnam amestecul de ulei si zeama de lamaie.



Acoperim tava cu o folie de aluminiu si o punem la frigider 1-2 ore.

Preincalzim cuptorul la 200 de grade Celsius si scoatem tava de la frigider. Daca este prea putin sos, se mai completeaza cu apa pana la jumatatea tavii (sa nu acopere in totalitate carnea).

Bagam tava la cuptor si coacem aproximativ o ora, acoperita cu folia de alumina, dupa care scoatem folia si continuam sa o tinem la cuptor pana carnea este rumenita si cartofii s-au inmuat.



Pofta buna!