Cytrynowy kurczak z rozmarynem

Delikatny smak cytryny i rozmarynu wydobywa to, co najlepsze w prostym przepisie na kurczaka. Danie jest pikantne i orzeźwiające, a mięso po kilku godzinach w wolnowarze osiąga spektakularny poziom delikatnej soczystości. Ten przepis wymaga zaledwie 10 minut przygotowania, a następnie 6 godzin gotowania w wolnowarze. Aby uzupełnić posiłek, podaj kurczaka cytrynowo-rozmarynowego z puree ziemniaczanym.

Czas na High: 3H

Ilość porcji: 3-5

Czas na Low: 6H

Czas przygotowania: 10

Składniki

- • 1 cały kurczak 2,5- 3 kg
- • 2 cytryny, pokrojone w plasterki
- • 1 duża cebula, posiekana
- • 1 łyżka oliwy z oliwek
- • 1 łyżka sosu sojowego
- • 1 główka czosnku, obrane ząbki
- • 1 łyżeczka soli
- • ½ łyżeczki cebuli w proszku
- • ½ łyżeczki czosnku w proszku
- • ¼ łyżeczki mielonego czarnego pieprzu
- • 1 łyżeczka pieprzu cytrynowego
- • 6 gałązek świeżego rozmarynu

Wykonanie:

Połącz pieprz cytrynowy z cebulą w proszku, solą i czosnkiem w proszku.
Spryskaj wnętrze garnka sprayem do gotowania.
Na dno garnka włożyć 3/4 cebuli, 1/2 ząbków czosnku, 2 gałązki rozmarynu i połowę pokrojonych w plasterki cytryn.
Posmaruj kurczaka z zewnątrz oliwą z oliwek i włóż do garnka. Przytrzymaj kurczaka, nadziej go 2 gałązkami rozmarynu, pozostałą cebulą i czosnkiem, a następnie sosem sojowym.
Połóż kurczaka piersią do góry. Posmaruj mieszanką przypraw, ułóż kurczaka z pozostałą plasterkami cytryny i 2 gałązkami rozmarynu.
Przykryj i gotuj w wolnowarze przez 5-6 godzin na LOW.