

Kefyre marinuota vištiena



Ingredientai:

Vištienai:

2 stiklinės DVARO kefyro

Svogūno

Česnako

1 saujos šviežių rozmarinų

1 saujos šviežių čiobrelių

2 vištienos ketvirčių

Druskos

Pipirų

Garnyrui:

Burokų

Svogūnų

Mažų bulvių

Obuolių

Morkų

Aliejaus

Druskos

Pipirų

½ šaukštelio druskos

GAMYBA:

Vištiena:

Su smulkintuvu iki vientisos masės susmulkinkite svogūną, rozmarinus, čiobrelius, česnaką ir kefyrą. Vištienos ketvirčius įtrinkite druska, pipirais, įdėkite į dubenį ir užpilkite kefyro marinatu. Uždenkite ir palikite marinuotis šaldytuve apie 4 valandas. Tada kepkite orkaitėje.

Garnyras:

Daržovių kiekį pasirinkite pagal norimą porcijos dydį. Burokus, svogūnus, mažas bulves, obuolius ir morkas nulupkite (jeigu reikia), supjaustykite stambiau, apšlakstykite aliejumi, pagardinkite druska ir pipirais. Dėkite į kepimo popieriaus maišelį, užriškite ir troškinkite orkaitėje apie valandą arba kol suminkštės burokai.