Prancūziška višta puode

Ingredientai

- 1 Viščiuko
- 2 Česnako skiltelių
- 1.5 Šaukštai Dižono garstyčių
- 2 Kubai MAGGI BIO vištienos sultinys
- 1 Pankolio
- 3 Morkų
- 1 Šviežio čiobrelio
- 1 Šaukštas Baltojo vyno acto
- 1 Šaukštas Sviesto
- 1 Šaukštas Miltų
- 2 a.š Druskos

Instrukcija

1. Česnaką sutriname, kad jis būtų košelės konsistencijos. Vištą įtriname druska, pipirais ir trintais česnakais bei garstyčiomis (šaukštelį garstyčių pasilikite daržovėms).

2. Pasiruošiame sultinį – 1 litre verdančio vandens ištirpiname 2 kubelius „Maggi“ sultinio. Į puodą suberiame stambiai supjaustytas morkas, pankolį, šaukštelį garstyčių, šakelę čiobrelio, užpilame paruoštu sultiniu.

3. Iki pusės nardiname vištą (priklauso nuo puodo dydžio) ir uždengę šauname kepti į gerai įkaitintą orkaitę (200 °C). Kepame apie 1 valandą ir 10 min. Po nustatyto laiko atidengiame dangtį ir pakepame dar apie 15 min., kad viršus gražiai apskrustų.

4. Iškeptą vištą atsargiai išimame. Į puode likusį sultinį įpilame šaukštą baltojo vyno acto arba citrinos sulčių. Jei norite tirštesnio padažo, šaukštą minkšto sviesto išsukite su šaukštu miltų, įmaišykite į padažą ir pakaitinkite. Pabaigoje pabarstome smulkintų petražolių ar krapų.

110 Minutės

4 porcijos

Angliavandeniai	8.88 g
Energija	127.91 kcal
Riebalai	4.84 g
Baltymai	12.07 g