

أوراك الدجاج المقرمشة المحمرة في الفرن

المواد اللازمة للطهي:

- ورق خبز أو صينية خبز كبيرة
- وعاء صغير
- ملاعق للمعايرة
- ورق ألومنيوم
- ميزان حراري للحوم

المقادير:

- 6 أوراك دجاج
- ملعقة صغيرة ملح
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملعقة صغيرة من مسحوق الثوم
- ملعقة صغيرة من مسحوق البصل
- ملعقة طعام واحدة من مسحوق الفلفل الحار
- 1/2 ملعقة صغيرة فلفل حريف (اختياري)
- ملعقتان طعام من الزيت

اعثر على المزيد من الوصفات عبر الإنترنت على:

www.gcfb.org/recipes_resources

طريقة التحضير:

سخّن الفرن مسبقًا حتى يصل إلى درجة حرارة 300 درجة.
ضع أوراق الدجاج في قاع قالب خبز له حواف أو صينية خبز.
ادهن جميع أوراق الدجاج بالزيت برفق.
اخلط التوابل معًا في وعاء صغير. رش خليط التوابل جيدًا على الدجاج.
قم بتغطية المقلاة بورق القصدير واخبزها في الفرن لمدة ساعة واحدة.
قم بزيادة درجة حرارة الفرن إلى 425 درجة، وارفع ورق القصدير وقم بالطهي لمدة تتراوح بين 10 و20 دقيقة حتى ينضج الجلد وتصل درجة حرارة الدجاج إلى 165 درجة.
اترك الدجاج لمدة 10 دقائق قبل تقديمه.

ملاحظات من الطاهي:

م أي مزيج من التوابل حسب رغبتك.
مع طبق كبير من السلطة أو خضراوات مشوية.
إضافة بقايا الدجاج المطبوخ إلى السلطات، أو التاكو، أو الساندوتشات العادية لاحقًا خلال الأسبوع.