



Kevyt broilerivuoka

Aineet: 2 broilerin koipireisi palaa
1/2 rkl öljyä
1/2 tl paprikaa
1/2 tl suolaa
1/2 tl rosmariinia
4 säilykepersikan puolikasta
1 dl puuroutumatonta riisiä
2,5 dl vettä
persiljaa

Valmistus: Sekoita mausteet öljyyn ja sivele sillä broilerin palat. Anna maustua. Kuutioi persikat uunivuoan pohjalle ja hienonna päälle persilja. Levitä näiden päälle riisit ja kaada mukaan vesi. Pane broilerin palat tälle alustalle. Kypsennä 200 asteessa noin tunti.
Tarjoile vihannesten kanssa.