12 Ιουλίου 2018

Γεμιστό ρολό κοτόπουλο

Συστατικά

1 κοτόπουλο
250 γρ συκωτάκια κοτόπουλου καθαρισμένα από ίνες και πλυμένα καλά
1 κ.σ. ελαιόλαδο
1 μεσαίο κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1 καρότο, καθαρισμένο, κομμένο σε ζάρια 0,5 εκ.

200 γρ. μπέικον ψιλοκομμένο
250 γρ. μανιτάρια ψιλοκομμένα
2 κ.σ. τριμμένη φρυγανιά
6 κλωνάρια θυμάρι, μόνο τα φύλλα
Για τα καραμελωμένα καρότα

8 καρότα
150 γρ. βούτυρο
3 κ.σ. μέλι
2 κλ. δενδρολίβανο
20 γρ. τζίντζερ, χοντροκομμένο
Για το μπρόκολο

Μπρόκολο ψητό στον φούρνο

Clock dfcc0e208d138d9bd767c6f1f85dfe28624afa0652c24ad00a1a457ca3ec6e0d

Image not found or type unknown
2 ώρες
Χρόνος Εκτέλεσης

Shares 5606bf075942176c08f602bcfddfb1eae4f9ffc25749ab7454da85f803864740

Image not found or type unknown
6-8
Μερίδα/ες

Difficulty ff7c9d703c99daf2ec2af59a591ebe31b6bd74796afe6167236e1316b56ed4a6

Image not found or type unknown
3
Βαθμός Δυσκολίας
Μέθοδος Εκτέλεσης

Στόχος μας είναι να ετοιμάσουμε ένα γεμιστό κοτόπουλο. Η ιδιαιτερότητα είναι ότι αφαιρούμε τα κόκαλα από το σώμα του κοτόπουλου αλλά αφήνουμε τα μπούτια και τα χεράκια του ολόκληρα. Δεν είναι μια εύκολη διαδικασία, θέλει υπομονή και κοφτερό μαχαίρι αλλά θα μας αποζημιώσει με την εμφάνισή της. Αν δεν μπορούμε να το κάνουμε εμείς το ζητάμε από το χασάπη μας.

- Τοποθετούμε το κοτόπουλο στο ξύλο κοπής με τη μεριά του στήθους προς τα

επάνω.

- Με ένα κοφτερό μαχαίρι αρχίζουμε να αφαιρούμε το κόκκαλο ανάμεσα από τα στήθη και την πλάτη πολύ προσεχτικά για να μη σκίσουμε το δέρμα. Διαφορετικά αν δεν μπορούμε ζητάμε από τον χασάπη μας να μας το κάνει.
- Τα κόκαλα τα κρατάμε για να κάνουμε ζωμό.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Τοποθετούμε ένα αντικολλητικό τηγάνι στην φωτιά να κάψει.
- Κόβουμε τα συκωτάκια σε μικρές μπουκιές, προσθέτουμε 1 κ.σ ελαιόλαδο στο τηγάνι και σοτάρουμε μέχρι να πάρουν χρώμα.
- Αφαιρούμε από το τηγάνι και τα αφήνουμε στην άκρη.
- Στο ίδιο τηγάνι προσθέτουμε το κρεμμύδι και σοτάρουμε μέχρι να γίνει διάφανο για 3-4 λεπτά.
- Στη συνέχεια προσθέτουμε το καρότο, το μπέικον και σοτάρουμε μέχρι να πάρει χρώμα.
- Προσθέτουμε τα μανιτάρια και συνεχίζουμε το μαγείρεμα για 4-5 λεπτά ακόμα μέχρι να χάσουν τα πολλά υγρά τους.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά.
- Προσθέτουμε τα συκωτάκια πάλι στο τηγάνι μαζί με την φρυγανιά, το θυμάρι και ανακατεύουμε.
- Γεμίζουμε το κοτόπουλο με το μείγμα αυτό και το δένουμε καλά με σπάγκο.
- Μεταφέρουμε σε ένα ταψί και ψήνουμε για 1 ώρα και 30 λεπτά.
- Όταν είναι έτοιμο, το βγάζουμε από τον φούρνο και το αφήνουμε 10 λεπτά να ξεκουραστεί σκεπασμένο με αλουμινόχαρτο πριν το κόψουμε.

Για τα καραμελωμένα καρότα

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 200° C στον αέρα.
- Καθαρίζουμε τα καρότα.
- Κόβουμε το κάθε καρότο οριζόντια (να ανοίξει στη μέση) και ξανακόβουμε το κάθε κομμάτι στη μέση. Αν τα καρότα είναι πολύ μεγάλα, τα κόβουμε και πάλι στη μέση.
- Σε μια κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά, ρίχνουμε το βούτυρο, το δενδρολίβανο και το τζίντζερ και μόλις αρχίσει να αφρίζει, ρίχνουμε το μέλι.
- Μόλις αφρίσει ξανά, ρίχνουμε τα καρότα, αδειάζουμε την κατσαρόλα σε ένα ταψί (20×25) και ψήνουμε στον αέρα, για 15 λεπτά, έως ότου καραμελώσουν τα καρότα.

Για το σερβίρισμα

- Σερβίρουμε το κοτόπουλό μας με τα καραμελωμένα καρότα και το μπρόκολο ψητό.

Πηγή: akispetretzikis.com