UUNISSA PAISTETTU KANA

Jokaisella on oma reseptinsä kanan tai muun juhla-aterialla tarjottavan linnun paistamiseen. Tämä kana on herkullinen ja luonnostaan maidoton. Jos valmistat sukupäivällistä tai juhla-ateriaa, tarjoa lisäksi kasviksista tehtyä paistinkastiketta uunissa paistettuja perunalohkoja, kevyesti höyrytettyjä vihreitä papuja sekä kastanjatäytettä.



|  |
| --- |
| MAIDOTON, KANANMUNATON, GLUTEENITON JA PÄHKINÄTÖN**Valmisteluaika:** 5 minuuttia**Kypsennysaika:** 1 tunti **4 hengelle** |
| 1,1-1,4 kg:n | Painoinen vapaa kana |
| 1 | Sitruuna |
| 1  | Sipuli halkaistuna  |
|  | Tuoretta persiljaa, kirveliä tai meiramia |
| 4 rkl  | Oliiviöljyä |
|  | Suolaa ja vastajauhettua mustapippuria  |
| 1. Kuumenna uuni + 220°C-asteeseen.
2. Halkaise sitruunaa ja purista mehu kanan päälle. Työnnä tyhjät sitruunanpuolikkaat yhdessä sipulinpuolikkaiden kanssa kanan viereen.
3. Hienonna yrtit ja sekoita ne tilkkaan oliiviöljyä. Vedä nahkaa varovasti irti kanan rinnasta ja työnnä yrttiseos nahan ja lihan väliin.
4. Hiero oliiviöljy käsin kanan nahkaan. Mausta runsaasti suolalla ja pippurilla.
5. Paista kanaa uunissa tunti tai kunnes se on ruskistunut ja lihaneste virtaa kirkkaana, kun reiteen työnnetään varrastikku.
 |