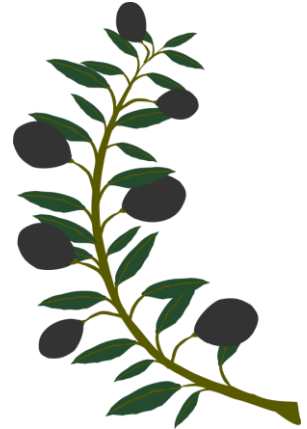


Oliivi-kanapata

ΚΟΤΌΠΟΥΛΟ ΜΕ ΕΛΙΕΣ

3-4	Broilerin koipi- tai rintapalaa
1 dl	Oliivi-rypsiöljyseosta paistamiseen
3-4	Pientä sipulia
2	Porkkanaa
2	Varsisellerin vartta
2	Valkosipulin kynttä
1	Sitruuna
3 dl	Kuumaa vettä
2 rkl	Persiljasilppua
	kourallinen mustia tai vihreitä oliiveja
	Suolaa
	Mustapippurirouhetta



Laita uuni lämpiämään 180 C°.

Kuori ja silppua sipulit. Kuori ja viipaloi porkkanat. Huuhtelee ja paloittelle sellerin varret. Murskaa tai silppua valkosipulin kynnet. Purista sitruunasta mehu.

Kuumenna paistinpannalla tai valurautapadassa ½ dl rypsi- sekä ½ dl oliiviöljyä (pelkkä oliiviöljy ei kestä kovaa kuumennusta). Ruskista kananpalat molemmin puolin. Ruskistuksen loppuvaiheessa pienennä hiukan lämpöä.

Nosta kananpalat pois pannulta. Lisää kuumaan öljyyn sipulisilppu, porkkanaviipaleet sekä sellerinpalat. Kypsennä kasviksia hetki, kunnes sipuli on kuultavaa muttei vielä ruskistunut. Lisää joukkoon hienonnetut valkosipulin kynnet. Sekoita muutaman kerran ja lisää kananpalat joukkoon.

Kaada päälle sitruunamehu ja anna kiehua muutama minuutti.

Jos käytit paistinpannaa siirrä seos uunivuokaan.

Lisää joukkoon vesi. Mausta kevyesti suolalla ja pippurilla (muista, että oliivitkin ovat suolaisia).

Laita kansi päälle ja kypsennä uunissa tunnin verran. Kääntelee kananpaloja muutaman kerran kypsennyksen aikana.

Ota pata uunista ja lisää joukkoon oliivit ja persiljasilppu. Sekoita. Paista vielä reilu puoli tuntia.

Tarjoa lisukkeena raikasta salaattia sekä riisiä, perunaa tai keitettyä pastaa.