



LISÄÄ RESEPTIÄ
WWW.HUNAJA.FI



HUNAJAINEN APRIKOOSI-KANATAGINE



AINEKSET NELJÄLLE

- 500g broilerinfileitä
- 1 pss (noin. 200g) kuivattuja aprikooseja
- 100g kokonaisia kuorittuja manteleita
- 2 isoa punasipulia
- 1 rkl Hunajayhtymän hunajaa
- 1/2 tl kanelia
- 3 neilikkaa
- 1/2 tl kurkumaa (tai currya) väriksi
- 1 rkl paprikajauhetta
- suolaa ja pippuria
- voita

Ota kannellinen uunivuoka tai tagine pata esiin ja laita uuni päälle 180 asteeseen. Kuori ja lohko punasipulit.

Leikkaa broilerinfileet reippaiksi paloiksi ja paista kuumalla pannulla pienessä nokareessa voita nätin ruskeapintaisiksi. Pitää jäädä raakaksi sisältä. Mausta kanelilla, suolalla, pippurilla ja kurkumalla. Nostele palat uunivuokaan.

Lisää voita pannulle ja paista punasipulit pehmeäksi ja ruskeaksi. Makeuta ne hunajalla ja mausta reilulla paprikalla. Kaada sipulit vuokaan. Huuhtaise pannu pienellä tilkalla vettä ja kaada vesi myös vuokaan.

Lisää vuokaan mantelit, aprikoosit ja neilikat. Sekoita kevyesti. Taginen päälle pari nokareta voita ja vuoka uuniin 30 minuutiksi. Uunin jälkeen Hunajainen aprikoosi-kanatagine saa vetäytyä kannen alla kymmenisen minuuttia. Tarjoa riisin tai bulgurin kanssa.



RESEPTIKIRJASTO

Tutustu monipuolisiin resepteihimme:
www.hunaja.fi/reseptit
www.mieleinen.fi/reseptit

www.facebook.com/hunajayhtyma

