

Ficatei de pui la cuptor



Daca va plac ficateii de pui, trebuie neaparat sa incercati reteta asta de ficatei de pui la cuptor!!!

Se prepara cu minim de efort (ficateii se pun cu ceapa si usturoi la cuptor ☐) iar rezultatul este delicios!

De cand am aflat ca ies atat de buni si la cuptor, ii fac foarte des in felul asta. Ma bucur asa mult ca nu mai trebuie sa ma feresc de ei, ca atunci cand ii prajesc in tigaie! :))

Ingrediente:

- 500 g ficatei de pui
- 3-4 cepe potrivite
- 2, 3 catei de usturoi
- sare si piper, dupa gust
- ulei pentru prajit

Sfat: puteti folosi 2 cepe albe si 2 cepe rosii, care sunt mai „dulci”, pentru sosul de ceapa.

Mod de preparare:

Incalziti cuptorul la 180 grade C (foc potrivit).

Tocati ceapa si usturoiul marunt. Eu, cand e vorba de ceapa, si mai ales in asemenea cantitate, imi pun robotul la treaba fara nicio remuscare ☐

Impreuna cu usturoiul, desigur, si daca tot am scapat de tocat, mai pun vreo doi catei :) ...adevarul este ca ne si place si folosesc intotdeauna mai mult decat scrie in reteta!

In continuare, puneti intr-un vas de yena (sau intr-o alta forma termorezistenta) amestecul de ceapa si usturoi si turnati deasupra ulei (cat sa le cuprinda, nu sa le acopere chiar de tot).

Asezati apoi ficateii, amestecati usor si adaugati sare si piper dupa gust (daca vreti, ii puteti tine in lapte cateva ore, inainte de a va apuca de treaba).

Puneti vasul in cuptorul incins si lasati la foc potrivit pana se rumenesc ficateii.

Ficateii de pui se servesc cu mamaliga, piure de cartofi sau orez, dar neaparat cu **gogosari in otet** ☐

Sau, de ce nu, doar cu paine proaspata (facuta in casa ar fi ideal)!!! Cu coaja crocanta...pentru sosul delicios obtinut!

Pozele vechi ☐

Reteta preluata de la Otilia Gergely