

רכיבים:

3-2 כרעי עוף, מפורקים

$\frac{1}{2}$ כוס שמן זית איכותי

$\frac{1}{2}$ כוס דבש

$\frac{1}{2}$ כוס חרדל גרגרים

רוזמרין (מחטים מענף אחד)

אופן ההכנה:

1. מחממים את תנור האפייה לחום בינוני של 180 מעלות.
2. בקערה בינונית מערבבים היטב את שמן הזית, הדבש, החרדל והרוזמרין ומערבבים היטב.
3. מכניסים את העוף לתערובת, מוודאים כי כלל חלקי העוף ספוגים במשרה ומשהים במקרר במשך שעותיים.
4. מעבירים את לתבנית אלומיניום חד פעמית ומכניסים לתנור למשך שעה וחצי.