

Σπιτικός γύρος κοτόπουλο! Αγνός και γευστικός, πολύ γρήγορα και πολύ εύκολα. Καμιά φορά το ντελίβερι κάνει περισσότερη ώρα να έρθει! Φτιάξτε τον με τα χεράκια σας και βάλτε ότι σας αρέσει. Ζουμερός και πεντανόστιμος, μπαίνει στην πιτούλα με ντοματούλα, τζατζίκι ή ότι σας ευχαριστεί!

Τι θα χρειαστείτε

2 φιλέτα στήθος κοτόπουλου

4 μπούτια κοτόπουλου ξεκοκαλισμένα

Χυμό λεμονιού

1 πράσινη πιπεριά (προαιρετικά)

2 κ.σ. μουστάρδα

1 κ.γλ. κourkouμά

2 πρέζες ρίγανη

Τριμμένο κόλιανδρο (προαιρετικά)

Αλάτι, πιπέρι

Ελαιόλαδο

Για το σερβίρισμα: πίτες, τζατζίκι ή σως της προτίμησής μας ή τυροκαυτερή ή μουστάρδα

Σπιτικός γύρος κοτόπουλο

Εκτέλεση συνταγής

Κόβουμε το κοτόπουλο σε λωρίδες. Το τοποθετούμε σε ένα μπολ. Αλατοπιπερώνουμε και ρίχνουμε λίγο ελαιόλαδο.

Βάζουμε τον κουρκουμά, τη μουστάρδα, τη ρίγανη και τον κόλιανδρο. Ρίχνουμε και το χυμό λεμονιού και ανακατεύουμε να πάνε παντού τα υλικά, να αγκαλιάσουν το κοτόπουλο.

Αφήνουμε το κοτόπουλο να μαριναριστεί ιδανικά για μία ώρα.

Απλώνουμε το κοτόπουλο σε χαρτί ψησίματος σε ταψί. Ραντίζουμε με λίγο ακόμα ελαιόλαδο. Βάζουμε και την πιπεριά σε λωρίδες ή κομμάτια, διάσπαρτη στο ταψί.

Ψήνουμε στο γκριλ σε συνδυασμό με αέρα στους 240° (ή και παραπάνω αν ο φούρνος ανεβαίνει κι άλλο σε θερμοκρασία) μέχρι να χρυσίσει. Περίπου 12-15 λεπτά στην προτελευταία προς τα πάνω θέση του φούρνου.

Ψήνουμε πίτες, κόβουμε ντοματούλα και απολαμβάνουμε το σπιτικό μας γύρο κοτόπουλο.

Συνοδεύουμε με τη σως γιαουρτιού που δείχνω στο βίντεο (γιαούρτι, μουστάρδα, κουρκουμά, σκόνη σκόρδου, αλάτι, ελαιόλαδο) ή [τζατζίκι](#) ή [χτυπητή τυροκαυτερή](#)

Σπιτικός γύρος κοτόπουλο

Βήμα προς Βήμα

- 1 Κόβουμε το κοτόπουλο σε λωρίδες. Το τοποθετούμε σε ένα μπολ. Αλατοπιπερώνουμε και ρίχνουμε λίγο ελαιόλαδο.
- 2 Βάζουμε τον κουρκουμά, τη μουστάρδα, τη ρίγανη και τον κόλιανδρο. Ρίχνουμε και το χυμό λεμονιού και ανακατεύουμε να πάνε παντού τα υλικά, να αγκαλιάσουν το κοτόπουλο.
- 3 Αφήνουμε το κοτόπουλο να μαριναριστεί ιδανικά για μία ώρα.
- 4 Απλώνουμε το κοτόπουλο σε χαρτί ψησίματος σε ταψί. Ραντίζουμε με λίγο ακόμα ελαιόλαδο. Βάζουμε και την πιπεριά σε λωρίδες ή κομμάτια, διάσπαρτη στο ταψί.
- 5 Ψήνουμε στο γκριλ σε συνδυασμό με αέρα στους 240° (ή και παραπάνω αν ο φούρνος ανεβαίνει κι άλλο σε θερμοκρασία) μέχρι να χρυσίσει. Περίπου 12-15-λεπτά στην προτελευταία προς τα πάνω θέση του φούρνου.
- 6 Ψήνουμε πίτες, κόβουμε ντοματούλα και απολαμβάνουμε το σπιτικό μας γύρο κοτόπουλο. Συνοδεύουμε με τη σως γιαουρτιού που δείχνω στο βίντεο (γιαούρτι, μουστάρδα, κουρκουμά, σκόνη σκόρδου, αλάτι, ελαιόλαδο) ή-τζατζίκι-ή-χτυπητή τυροκαυτερή