



## Άλμη για πουλερικά

10'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

10'

Χρόνος  
Ψήσιματος

1,5 λίτρο

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας



### Συστατικά

- 1,5 λίτρο νερό
- 1 λεμόνι, κομμένο στη μέση
- 6 φύλλα δάφνης
- 1/2 ματσάκι μαϊντανό
- 1 κ.σ. θυμάρι, ξερό
- 2 κ.σ. μέλι
- 70 γρ. αλάτι, χοντρό
- 4 σκ. σκόρδο
- 2 κ.σ. κόκκους πιπεριού, μαύρους

### Μέθοδος Εκτέλεσης

Άλμη είναι ένα διάλυμα αλατιού μέσα σε νερό. Όταν ένα κομμάτι κοτόπουλο ή γαλοπούλα μπαίνει μέσα εκεί έχει σαν αποτέλεσμα το νερό με το αλάτι να μπαίνουν βαθιά στη σάρκα του και να το νοστιμίζουν καθώς το κάνουν και πιο ζουμερό. Αν όμως στην άλμη μέσα βάλουμε και αρωματικά τότε το αποτέλεσμα είναι ακόμα πιο καλό. Το μόνο που πρέπει να προσέξουμε είναι ο χρόνος παραμονής του κρέατος στην άλμη, ο οποίος εξαρτάται από το μέγεθος του κομματιού. Έτσι για ένα ολόκληρο κοτόπουλο μπορεί να φτάσει τις 8 ώρες, για στήθος τις 2, το ίδιο και για ολόκληρα μπουτία και όταν έχουμε κομματάκια μικρά τότε σε μισή ώρα θα είναι έτοιμα. Αντίστοιχα για τη γαλοπούλα μπορεί να φτάσει το βύθισμα στην άλμη τις 2 μέρες για ολόκληρο πουλί ή 4 ώρες για ένα στήθος. Με τον τρόπο αυτό το πουλερικό παραμένει ζουμερό και νόστιμο και για αρκετή ώρα μετά το ψήσιμό του. Η αγαπημένη μου συνταγή είναι η παρακάτω και σας τη δίνω. Μπορείτε να αλλάξετε εσείς τα μυρωδικά και να βάλετε μυρωδικά και μπαχαρικά που νομίζετε εσείς. Επίσης μπορείτε να βάλετε λίγο λιγότερο αλάτι αν σας φαίνεται πολύ αλμυρό το κοτόπουλο μετά ή αν έχετε την τάση να ξεχνάτε πράγματα στο ψυγείο.

- Βάζουμε όλα τα υλικά σε μια κατσαρόλα, ανακατεύουμε καλά και μόλις πάρει βράση το νερό αφαιρούμε από τη φωτιά και αφήνουμε το μείγμα να κρυώσει.

### Tip

Διατηρούμε το μείγμα στο ψυγείο για μια εβδομάδα ή σε μερίδες στην κατάψυξη για 3 μήνες..