




Ćwiartka z kurczaka w miodzie i musztardzie

 Stokrotka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

 70 min

 1 porcja

Składniki:

ćwiartki z kurczaka - 1 szt.

oliwa - 1 łyżka

miód - 1 łyżeczka

musztarda francuska - 1 łyżeczka

czosnek - 1 ząbek

jogurt grecki - 1 łyżka

ketchup - 1 łyżeczka

majeranek suszony - 1 łyżeczka

papryka mielona słodka - trochę

sól - do smaku

pieprz - do smaku

Dodatkowe info:

Mięso z kurczaka marynowane w przyprawach z dodatkiem miodu i musztardy jest aromatyczne i bardzo smaczne. Polecam.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do miski włożyć zmiądzony czosnek, musztardę, oliwę, jogurt, miód, ketchup i majeranek, wymieszać.

KROK 2: Umyte mięso osuszyć, podzielić na porcje, natrzeć solą i pieprzem. Dokładnie obtoczyć w marynacie, ułożyć w misce, szczelnie przykryć folią spożywczą i odłożyć do lodówki na kilka godzin a najlepiej na całą noc.

KROK 3: Następnie razem z marynatą przełożyć do naczynia żaroodpornego, oprószyć mieloną papryką, podlać kilkoma łyżkami wody, przykryć i wstawić do nagrzanego piekarnika. Piec około 1 godziny w temp 190 stopni. 10 minut przed końcem pieczenia mięso poleć powstałym sosem i bez przykrycia ponownie włożyć do piekarnika. Piec do czasu gdy mięso nabierze rumianego koloru i będzie miało chrupiącą skórkę.