




Kurczak w jogurcie i rozmarynie

 Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

 70 min

 1 porcja

Składniki:

kurczak - 0,5 szt.

musztarda francuska z gorczycą - 2 łyżka

jogurt naturalny - 3 łyżka

czosnek - 2 ząbek

sos sojowy - 1 łyżka

olej - 2 łyżka

rozmaryn siekany - 1 łyżeczka

sól, pieprz, mielona papryka - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: W miseczce wymieszać jogurt, sos sojowy, musztardę, przeciśnięty przez praskę czosnek, posiekany rozmaryn.

KROK 2: Mięso umyć, osuszyć papierowym ręcznikiem, natrzeć solą i pieprzem.

KROK 3: Dokładnie obtoczyć w marynacie, ułożyć w naczyniu żaroodpornym, przykryć i odłożyć w chłodne miejsce przynajmniej na 2 godziny.

KROK 4: Przed pieczeniem mięso skropić olejem, oprószyć mieloną papryką. Przykryć, włożyć do nagrzanego do 190 stopni piekarnika i piec około 50-60 minut.