Filet z kurczaka z cytrynową nutką

Stokrotka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

60 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

- filet z kurczaka - 1 szt.
- czosnek - 1 ząbek
- pieprz cytrynowy - 1 łyżeczka
- miód prawdziwy - 1 łyżeczka
- sok z cytryny - 1 łyżeczka
- olej - 2 łyżka
- piwo cytrynowe - 0,3 szklanka
- sól - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Czosnek obrać i przecisnąć przez praskę. Do miski włożyć zmiażdżony czosnek, miód, pieprz cytrynowy. Wlać olej i sok z cytryny, wszystko razem dokładnie wymieszać.

KROK 2: Mięso umyć, osuszyć, obtoczyć w marynacie, przykryć i pozostawić w lodówce na kilka godzin.

KROK 3: Następnie mięso przełożyć do naczynia żaroodpornego, podlać piwem, przykryć i włożyć do nagrzanego do 200 stopni piekarnika.

Po 20 minutach odkryć, obniżyć temperaturę do 180 stopni i piec około pół godziny polewając kilka razy piwnym sosem.