# Pikantne mięso z kurczaka

Stokrotka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

## Warto wiedzieć:

80 min

1 porcja

## Składniki:

- kurczak - 0,5 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- olej - 1 łyżka
- ketchup pikantny - 1 łyżeczka
- papryka wędzona ostra - 0,5 łyżeczka
- miód prawdziwy - 1 łyżeczka
- sok z cytryny - 1 łyżka
- sos sojowy ciemny - 1 łyżka
- sól - trochę
- pieprz - 0,5 łyżeczka

## Dodatkowe info:

Mięso z kurczaka przygotowane z dodatkiem ostrej papryki, miodu i ketchupu jest pyszne z chrupiącą skórką. Polecam dla tych którzy lubią ostre potrawy.

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Czosnek obrać, przecisnąć przez praskę, włożyć do miski, dodać ketchup, paprykę, miód, olej, sok z cytryny, sos sojowy, wymieszać.

*KROK 2:* Mięso umyć, osuszyć papierowym ręcznikiem, podzielić na porcje, natrzeć solą, oprószyć pieprzem.
Dokładnie obtoczyć w marynacie, przykryć i pozostawić w chłodnym miejscu najlepiej na 1-2 godziny

*KROK 3:* Następnie razem z marynatą przełożyć do rękawa do pieczenia mięsa, ułożyć na blaszce lub w naczyniu żaroodpornym.

W folii w kilku miejscach zrobić otworki wykałaczką. Mięso wstawić do nagrzanego do 180 stopni piekarnika i piec około 1 godziny.

10 minut przed końcem pieczenia rozciąć rękaw, aby na mięsie powstała chrupiąca skórka.