

# Udka kurczaka w marynacie musztardowo-miodowej



Autor: **catha**

Przepisów: **220** Ocena: **2919**



3-4 os.



> 60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 10 udek z kurczaka
- 3 łyżki musztardy francuskiej
- 2 łyżki musztardy dijon
- łyżka miodu
- sól, pieprz
- natka pietruszki- pęczek
- sos jogurtowy:
- jogurt naturalny
- łyżka majonezu
- sól, pieprz, suszone pomidory Kamis
- pietruszka

## Sposób przygotowania:

- 1 Udka opłukać, wytrzeć papierowym ręcznikiem, włożyć do miski, delikatnie posolić. W misce umieścić musztardę francuską i dijon oraz miód. Marynatę dokładnie wymieszać i natrzeć nią udka kurczaka. Zostawić na noc w lodówce.



- 2 Następnego dnia posiekać świeżą pietruszkę, obsypać nią udka i ułożyć na papierze do pieczenia. Nastawić piekarnik na 180 stopni i piec około godziny, obracając co jakiś czas. W misce powinna nam zostać marynata, należy polewać nią mięsko, będzie mięciutkie a na końcu

powinno się przyrumienić.



- 3 Podawać z sosem jogurtowym - czyli zmieszać jogurt, łyżkę majonezu, szczyptę soli i pieprzu , przyprawę suszone pomidory KAMIS i najważniejszy składnik - drobniutko posiekaną natkę pietruszki. Gorące, pachnące udka i pyszny sos - palce lizać!



Twoje notatki do przepisu: