

Co na obiad: Podudzia z kurczaka z grilla z kolbami kukurydzy wg Piotra Ogińskiego



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Podudzia:

Oregano suszone Prymat	2 łyżeczki
Przyprawa do dań kuchni meksykańskiej Prymat	2 łyżki
Kolendra cała Prymat	1 łyżeczka
sól morską Prymat w młynku	szczypta
Pieprz czarny mielony Prymat	
sok z papryczek chipotle	2 łyżeczki
sos sojowy	50 ml
imbir	2 łyżeczki
zębki czosnku	2 sztuki
olej	2 łyżki
udka kurczaka	2 sztuki

Sos BBQ:

olej	
papryczka chipotle	2 sztuki
miód	2 łyżeczki
ocet jabłkowy	40 ml
marynata	1/2
ketchup	150 g
sos BBQ	50 g

Sałatka:

Sos sałatkowy paprykowo-ziółowy węgierski Prymat	1 opakowanie
oliwa	3 łyżki
woda	3 łyżki
cebula czerwona	1/2 sztuki
pomarańcza obrana	1 sztuka
ogórek	1/2 sztuki
chili	1/2 sztuki
pomidorki koktajlowe	6-8 sztuk
sałata masłowa	6-7 liści
jogurt naturalny	2 łyżki
prażone orzechy laskowe	20 g

Kukurydza:

kukurydza	podgotowana 2 sztuki
parmezan	
sól morska Prymat w młynku	szczypta
sok z limonki	1/4 sztuki
cebula zielona	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotowanie:

W miseczce łączymy oregano, kolendrę, przyprawę do kuchni meksykańskiej, sól oraz pieprz z sokiem z papryczek chipotle, sosem sojowym, imbirem, czosnkiem oraz olejem.

Następnie do rondelka wlewamy olej, dodajemy papryczki chipotle, kiedy papryczki zaczynają się smażyć dodajemy miód, połowę marynaty oraz ocet i gotujemy ok. 5 minut.

Po tym czasie do sosu dodajemy ketchup, sos bbq i całość mielimy na jednolitą konsystencję i odstawiamy do lodówki. Udko nacinamy w kratkę, tak jak jest to pokazane na filmie. Gotowe udka nacieramy marynatą i odstawiamy do lodówki na 24 godziny.

Kurczaka smażymy na rozgrzanym grillu wraz z podgotowaną kukurydzą przez 10-15 minut z każdej strony, pamiętając o tym by co jakiś czas smarować je sosem BBQ.

Kiedy kurczak się grilluje do miseczki wsypujemy całą zawartość opakowania sosu sałatkowego, dodajemy olej oraz wodę i dokładnie mieszamy przez 2-3 minuty.

Następnie do miski przekładamy ogórka, cebulę, pomarańczę, pomidorki koktajlowe oraz chili i całość polewamy połową dressingu.

W misce w której będziemy podawać sałatkę układamy 3-4 liście sałaty masłowej na którą dajemy pozostałą część sałaty, do dressingu dodajemy jogurt naturalny, dokładnie mieszamy i tak powstałym sosem polewamy sałatę na której układamy warzywa, które wcześniej przygotowaliśmy. Całość posypujemy prażonymi orzechami laskowymi. Kiedy udka są gotowe na talerz układamy sałatkę, na którą kładziemy upieczonego kurczaka, obok układamy kukurydzę którą posypujemy parmezanem, zieloną cebulką, skrapiamy sokiem z limonki oraz lekko solimy, obok kładziemy sos BBQ i gotowe!

Smacznego!

