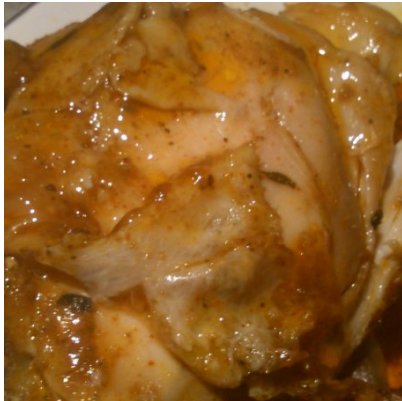


ćwiartka kurczaka w miodzie i oregano



K&J



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

ćwiartka kurczaka	500 g
miód	5 łyżek
olej	5 łyżek
oregano	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ćwiartkę kurczaka (lub inne części) umieszczamy w naczyniu do pieczenia. Kurczaka zalewamy olejem i miodem (proporcje: na jedną łyżkę oleju dajemy 1 łyżkę miodu). Pieczemy w piekarniku przez 20 minut w temp. 160 stopni. Następnie wyciągamy kurczaka posypujemy go oregano i znów pieczemy przez 30 minut w temp. 160 stopni. Smacznego