

Delikatna wędlina z piersi kurczaka



JUSTYNKAG



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Marynata

woda	0,5 litra
sól	1 łyżka
Pieprz czarny grubo mielony Prymat	
Liść laurowy suszony Prymat	2
ziele angielskie	2
Majeranek suszony Prymat	1 łyżeczka
ząbki czosnku	3-4

Filet z kurczaka

filet z kurczaka podwójny

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Wodę zagotować, dodać sól i pozostałe przyprawy. Gotować 10 minut na małym ogniu, następnie odcedzić i usunąć przyprawy. Odstawić do wystygnięcia. Filet z kurczaka umyć, osuszyć ręcznikiem papierowym. Podzielić na dwie piersi. Usunąć kostki i błony. Włożyć piersi do wystudzonej solanki tak, żeby pokrywała całe mięso. Jeśli filet nie jest cały pokryty, docisnąć czymś ciężkim. Wstawić do lodówki na noc.
- KROK 2 Na drugi dzień wyjąć filety z marynaty, osuszyć ręcznikiem papierowym i włożyć do rękawa do pieczenia. Każdą osobno. Włożyć do naczynia żaroodpornego i wstawić do piekarnika nagrzanego do 90stopni C na 1,5h.
- KROK 3 Upieczone filety wyjąć z piekarnika i ostudzić. Gotowe

