

## Filety z kurczaka w słodko-pikantnej marynacie



### RENATAZ-ET



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

## SKŁADNIKI

### Składniki

<b>filety z kurczaka</b>	2 sztuki
<b>oliwa</b>	3 łyżki
<b>czosnek</b>	1 ząbek
<b>Papryka ostra mielona Prymat</b>	0.5 łyżeczki
<b>Musztarda francuska Prymat</b>	1 łyżka
<b>sok z pomarańczy</b>	2 łyżki
<b>syrop z agawy</b>	1 łyżeczka
<b>Pieprz cytrynowy mielony Prymat</b>	0.3 łyżeczki
<b>sól</b>	0.5 łyżeczki

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### Sposób przygotowania

- KROK 1 Czosnek przecisnąć przez praszkę, dodać oliwę, paprykę ostrą mieloną Prymat, musztardę francuską Prymat, sok z pomarańczy, syrop z agawy, sól i pieprz cytrynowy Prymat, wymieszać.
- KROK 2 Mięso umyć, osuszyć, przekroić wzdłuż na 2 części, włożyć do miski, zalać przygotowaną marynatą, szczelnie przykryć i odłożyć do lodówki na 2 godziny.

Przygotowane mięso ułożyć na rozgrzanym ruszcie grilla lub patelni grillowej. Smażyć pod przykryciem przez około 10-15 minut obracając co jakiś czas na drugą stronę.

Gotowe mięso podawać z dodatkiem surówki lub świeżej zielonej sałatki.