

Grillowany kurczak w sosie miodowo-musztardowym



MIENTA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

piersi z kurczaka	2 szt
Musztarda francuska Prymat	3 łyżka
miód płynny	3 łyżka
sok z cytryny	1 łyżka
Dodatki:	
mix ulubionych sałat	
ocet balsamiczny	
sok z cytryny	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Piersi z kurczaka rozcinamy na 4 niewielkie filety.

Lekko rozbijamy.

Musztardę mieszamy z miodem i sokiem z cytryny.

Łyżkę sosu zostawiamy a resztą nacieramy kurczaka.

Odstawiamy na godzinę do lodówki.

Po tym czasie filety grillujemy po około 10 minut z każdej strony.

Gotowe polewamy jeszcze odstawionym wcześniej sosem.

Ja podawałam mięso ze świeżym pieczywem a także z sałatą skropioną sokiem z cytryny, tabasco oraz octem balsamicznym.

Smacznego :)

