

## Grillowany kurczak z pikantnym sosem morelowym



### JAGÓDKA17



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

#### Kurczak

filety z kurczaka	2 sztuki
sok pomarańczowy	3 łyżki
sos sojowy	1 łyżka
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
sos teriyaki	1 łyżka
Czosnek suszony Prymat	0.5 łyżeczki
cząber	0.5 łyżeczki
estragon	0.5 łyżeczki
Papryka ostra mielona Prymat	0.3 łyżeczki

#### Sos morelowy

morele	600 gramów
sok pomarańczowy	120 mililitrów
miód prawdziwy	2 łyżki
masło 82%	1 łyżka
szalotka	1 sztuka
czosnek	1 ząbek
sos teriyaki	2 łyżki
mąka kukurydziana	1 łyżeczka
płatki chili	0.5 łyżeczki
estragon	0.5 łyżeczki

<b>cząber</b>	0.5 łyżeczki
<b>Pieprz biały mielony Prymat</b>	3 szczypty
<b>sól</b>	3 szczypty
<b>Dodatkowo</b>	
<b>ryż basmati</b>	250 gramów

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### **Kurczak**

Filety kurczaka kroimy wzdłuż na wąskie paski. Wszystkie składniki marynaty łączymy ze sobą i dodajemy do marynaty. Dokładnie mieszamy i wstawiamy do lodówki przynajmniej na 3 godziny.

### **Sos morelowy**

Morele kroimy na połówki, usuwamy pestkę i obieramy ze skórki. Można zrobić to nożem, ale o wiele szybciej i łatwiej jest oddzielić miąższ od skórki za pomocą łyżeczki. Morele kroimy na mniejsze kawałki. Owoce, których używamy powinny być dojrzałe, ale wciąż jędrne.

Szalotkę drobno siekamy, czosnek przeciskamy przez praskę. W rondelku rozgrzewamy masło, dodajemy szalotkę, czosnek oraz płatki chili i chwilę podsmażamy. Dodajemy morele oraz sok pomarańczowy i doprowadzamy do wrzenia. Następnie zmniejszamy gaz, dodajemy wszystkie przyprawy i miód. Ilość miodu zależy od tego jak kwaśne są morele. Tu musicie sami zbalansować smak słodczy w sosie.

Sos gotujemy na małym ogniu około 30 minut, aż morele całkowicie się rozpadną, a sos zredukuje się. Jeśli preferujecie gęstsze sosy pod koniec gotowania można dodać łyżeczkę mąki kukurydzianej.

Ryż gotujemy w osolonej wodzie, według przepisu na opakowaniu. Kurczaka nadziewamy na patyczki od szaszłyków. Grillujemy na patelni grillowej bądź grillu elektrycznym. Podajemy z ryżem i sosem morelowym.