

Kurczak w glazurze



ANNA2221



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

udko z kurczaka	4 szt
oliwa	1/4 szklanki
biały ocet winny	2 łyżki
sos sojowy	2 łyżki
miód płynny	1 łyżka
ostra musztarda	1 łyżka
sos sojowy	1 łyżeczka
Czosnek suszony Prymat	1 łyżeczka
Grill przyprawa klasyczna Prymat	1 łyżeczka
przyprawa do kurczaka	1 łyżeczka
słonecznik prażony	1 (utłuczony)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotować zaprawę: oliwę wymieszać z pozostałymi składnikami na jednolitą pastę. Przygotować glazurę: miód rozetrzeć z musztardą i sosem sojowym, wymieszać z nasionami słonecznika. Udka kurczaka umyć, osuszyć, dokładnie posmarować zaprawą i odłożyć do lodówki co najmniej na 2 godz. Następnie piec na grillu z obu stron. Na 10 min. przed końcem pieczenia udka kilka razy posmarować glazurą.