

## Musztardowa marynata



**MIC**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>musztarda</b>	6 łyzek
<b>czosnek</b>	4 ząbki
<b>Czosnek suszony Prymat</b>	1/2 łyżeczki
<b>olej</b>	1/3 szklanki
<b>natka pietruszki</b>	2 łyżeczki
<b>oregano</b>	2,5 łyżeczki
<b>ketchup pikantny</b>	2 łyżeczki
<b>przyprawa do kurczaka</b>	1 łyżeczka

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1      Marynata jest na 70 dag mięsa.
- Do miski wykładamy musztardę, czosnek obieramy i wyciskamy przez praskę.
- KROK 2      Dodajemy ketchup, czosnek prymat, dodajemy oregano i natkę oraz przyprawę do kurczaka.
- KROK 3      Wszystko mieszamy ze sobą. Dodajemy do mięsa i obtaczamy. Odstawiamy na 2godziny do lodówki.