

PODUDZIA KURCZAKA W MARYNACIE KETCHUPOWO-JOGURTOWEJ



JEJKUCHNIA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Składniki podstawowe

podudzia z kurczaka 9 szt.

Marynata

ketchup pikantny 3 łyżki

majonez płaska łyżka

jogurt naturalny 2 łyżki

sól łyżeczka

Zioła prowansalskie suszone Prymat łyżeczka

Natka pietruszki suszona Prymat łyżeczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Dokładnie łączę składniki marynaty - ketchup, majonez, jogurt i przyprawy. Obtaczam mięso, zostawiam na noc w lodówce.

Piekę pod przykryciem (można użyć folii aluminiowej) około 80 minut w 180 stopniach (aż kurczak ładnie się zarumieni).