

skrzydełka z kurczaka



DIANIX



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

skrzydełka	40 dag
sos sojowy	1 łyżka
Papryka słodka mielona Prymat	do smaku
sok z cytryny	1 łyżka
pieprz i sól	do smaku
ketchup	2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Skrzydełka płuczemy. Składniki powyżej wymienione łączymy ze sobą, mieszamy. Obracamy w niej skrzydełka. i pozostawiamy na 4 godziny.
- KROK 2 Smażymy w woku z olejem, i podlewamy wodą.
- KROK 3 następnie podduszamy po około 7 minutach pod przykryciem,
- KROK 4 Dusimy je aż do miękkości. od czasu do czasu mieszając, by z każdej strony mięsko było miękkie.