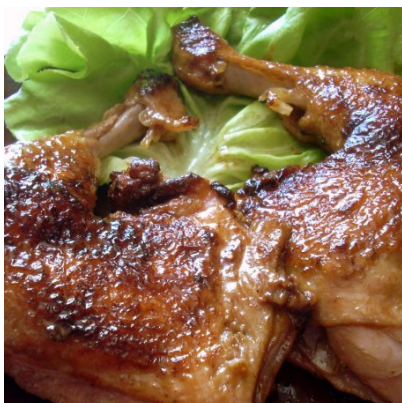


Udka z kurczaka duszone



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



IŁOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

udka z kurczaka	3-4
czubata łyżka czosnku granulowanego	1
łyżki ciemnego sosu sojowego	3-4
łyżki sosu chili	2-3
olej	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Udka umyć dokładnie, osuszyć. Posypać czosnkiem, skropić sosem sojowym i chili, odłożyć na kilka godzin do lodówki. Ja przygotowuję je wieczorem żeby poleżały sobie przez noc. Zamarynowane udka kładziemy na mocno rozgrzaną patelnię z olejem, skórą do spodu aby ładnie się zrumieniła. Kiedy się przysmaży udka obracamy, podlewamy 1/3 szkl. wody i dusimy na małym ogniu aż mięso będzie miękkie - ok. 20-30 min.. W czasie duszenia kilkakrotnie polewamy wierzch udek wytworzonym sosem i ew. dolewamy nieco wody jeśli zbyt szybko odparuje. Podajemy z ryżem albo ziemniakami i surówką, dobre są też na zimno.