

Marynowane udka z kurczaka zagrodowego duszone z pomidorami, cieciorą i świeżo siekaną kolendrą Konrada Birka



FAJNE PRZEPISY KUCHNI ŚWIATA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marynata

olej rzepakowy	5 łyżek
ząbki czosnku rozgniecione	3 sztuki
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
kolendra	1 łyżeczka
Kmin rzymski mielony Prymat	1 łyżeczka
olej rzepakowy	3 łyżki
cukinia	1 sztuka
bulion drobiowy	0,5 szklanki
przecier pomidorowy	400 g
cieciorka z puszki	100 g
prażone migdały	1 garść
orzechy nerkowca	1 garść
kolendra	1 pęczek
sól	1 szczypta
imbir	1 szczypta
kurkuma	1 szczypta
Papryka ostra mielona Prymat	1 szczypta
Kmin rzymski mielony Prymat	1 szczypta
udka z kurczaka	800 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Oczyszczone, umyte i osuszone uda z kurczaka zagrodowego natrzeć wszystkimi przyprawami i odstawić na około 4 godziny do lodówki.

Następnie obsmażyć z każdej strony, zdjąć z patelni i odstawić w ciepłe miejsce.

W szerokim garnku rozgrzać oliwę i obsmażyć cebulę z cukinią. Następnie wlać bulion oraz pomidory, zagotować i dodać przygotowanego wcześniej kurczaka. Do gotującego się kurczaka dodać również cieciorę, migdały oraz orzechy a całość doprawić do smaku solą, imbirem, kurkumą, ostrą papryką oraz kminem rzymskim. Po kilku minutach zdjąć z ognia i dodać posiekaną świeżą kolendrę. Tak przygotowanego kurczaka podawać z kaszą kuskus, rodzynkami i pomidorami.