

Kurczak zapiekany w jogurcie



ILONAALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka	40 dag
jogurt naturalny	200 ml
sól	
gałka muskatołowa Prymat	
Majeranek suszony Prymat	
olej	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pierś z kurczaka umyć i osuszyć, następnie pokroić ją w kostkę. Jogurt naturalny zmiksować z pieprzem, solą, kardamonem, gałką muskatołową, majerankiem i natką pietruszki. Następnie dodać kawałki kurczaka i wymieszać dokładnie. Naczynie żaroodporne wysmarować olejem, ułożyć w nim mięso, zalać pozostałym jogurtem z ziołami i zapiekać przez co najmniej 60 minut w temp. 200 stopni.