

Kurczak w azjatyckim sosie BBQ



IGRASZKILOSU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

udka z kurczaka	1 kg
keczup	1/2 szklanki
ocet balsamiczny	2 łyżki
sos sojowy	1 łyżka
przyprawa 5 smaków	1 łyżeczka
miód płynny	1 łyżka
tymianek	1 gałązka
czosnek ząbki	2 szt
papryczka chilli	1 szt
oliwa	1 łyżka
sól do smaku	
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta
szczypiorek	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Z udek usuwamy kości i skórę, kroimy na pół myjemy i osuszamy. Mięso oprószamy delikatnie solą i pieprzem.

W misce łączymy ze sobą keczup, sos sojowy, ocet balsamiczny, oliwę i miód – mieszamy. Dodajemy posiekaną papryczkę chilli, przeciśnięty przez praskę czosnek, tymianek i przyprawę 5 smaków, mieszamy raz jeszcze. Do tak przygotowanej marynaty wkładamy kurczaka i marynujemy go minimum 30 minut.

Zamarynowanego kurczaka przekładamy do naczynia żaroodpornego lub na blachę wyłożoną pergaminem i wstawiamy do nagrzanego do 180 stopni piekarnika na 20-30 minut. Upieczonego kurczaka posypujemy chilli i szczypiorkiem (opcjonalnie) i serwujemy na gorąco z ryżem ugotowanym na sypko, smacznego ;)