

filet na słodko



DANUTA15



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z kuraczaka	1 kg
s łodkie pomarańcze	2 szt
żurawina	
ananas suszony	0,20 dkg

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

pierś osuszyć i natrzeć ziołami, pozostawić na 30 min. Następnie usmażyć na patelni po obu stronach, ułożyć w naczyniu żaroodpornym posypać ananasami polać tłuszczem ze smażenia i zapiekać 20 min. Następnie pokroić pomarańczę i ułożyć w koło piersi, posypać żurawiną polać sosem powatałym podczas pieczenia i piec następne 20 min. pod przykryciem. Po wyjęciu ułożyć na listkach sałaty