



Dania główne

SZASZŁYKI Z KURCZAKA I PAPRYKI



SKŁADNIKI

- 1/2 kg piersi kurczaka
- 2 papryki
- 2 ząbki czosnku
- cytryna
- po 2 gałązki natki i rozmarynu
- 250 ml maślanek naturalnej Polskiej Mlekovita
- sól
- pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

- Piersi kurczaka umyć, osuszyć, pokroić w sporą kostkę. Cytrynę sparzyć, osuszyć, otrzeć skórkę. Zioła umyć, gałązkę rozmarynu odłożyć, resztę posiekać. Czosnek obrać, przecisnąć przez prasę.
- Połączyć maślanek, zioła, czosnek, skórkę i sok z cytryny, sól oraz pieprz. Mięso obtoczyć w marynacie, odłożyć na co najmniej 2 godz. do lodówki.
- Papryki umyć, usunąć gniazda nasienne, pokroić w sporą kostkę. Mięso osączyć z marynaty. Na szpadki nadziać na przemian mięso i paprykę. Grillować ok. 15 min z każdej strony lub piec w piekarniku rozgrzanym do temperatury 180 st. Szaszłyki nałożyć na talerze, udekorować rozmarynem.