

Kolendrowo - limonkowy kurczak



Autor: **Insignificant**
Przepisów: **131** Ocena: **1873**

 3-4 os.  60 min  średnie  przystępne

Składniki:

- 6 udek z kurczaka bez kości i skóry
- 2 limonki
- 4 ząbki czosnku
- 1/2 pęczka kolendry
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1/2 łyżeczki kminku
- 1/2 łyżeczki soli
- pieprz czarny

Sposób przygotowania:

- 1 Przygotować marynatę kolendrowo - limonkową:
Do miski dodać 2 łyżki oliwy z oliwek, 4 ząbki przeciśniętego przez praskę czosnku, 1/2 łyżeczki kminku, 1/2 łyżeczki soli oraz szczyptę pieprzu czarnego.
- 2 Następnie dodać 2-3 łyżki świeżo wyciśniętego soku z limonki, 1 łyżeczkę uprzednio startej skórki z limonki oraz 1/2 pęczka posiekanej drobno kolendry i wszystko dokładnie wymieszać. (można zostawić trochę posiekanej kolendry aby później udekorować nią danie)
- 3 Mięso z udek z kurczaka włożyć do torby z zamkiem błyskawicznym lub po prostu do miski. Polać marynatą i dokładnie wymieszać, tak aby kurczak został w niej obtoczony. Marynować przez ok. 30 minut w lodówce, pamiętając aby w tym czasie zamieszać kurczaka raz lub dwa.
- 4 Kiedy kurczak będzie już gotowy - nagrzać dużą patelnię na średnim ogniu i dodać mięso. Smażyć z każdej strony do czasu aż mięso z kurczaka będzie miękkie w środku i pięknie podpieczone z zewnątrz.
- 5 Tak aromatycznego i pięknie podsmażonego kurczaka zdjąć na płaski talerz, udekorować posiekaną drobno kolendrą oraz kawałkami limonki i podawać na przykład z ryżem lub swoimi ulubionymi sałatkami.

SMACZNEGO!

Twoje notatki do przepisu: