

# Soczyste skrzydełka w miodzie i musztardzie



Autor: **agnieszka row**  
Przepisów: **155** Ocena: **5639**



3-4 os.



60 min



średnie



przystępne



agnieszka row | Smaker

## Składniki:

- 1 kg skrzydełek z kurczaka
- 3 łyżki miodu
- 3 łyżki musztardy
- 3 łyżki sosu sojowego
- 1/4 szklanki oliwy z oliwek
- pieprz i sól
- zioła prowansalskie
- słodka i ostra papryka
- 2 ząbki czosnku
- cebula

## Sposób przygotowania:

- 1 Skrzydełka myjemy i odcinamy najmniejszą część.
- 2 Miód, musztardę, oliwę z oliwek, sos sojowy i zioła mieszamy ze sobą do uzyskania jednolitej konsystencji. Do tak przygotowanej marynaty wkładamy skrzydełka i nacieramy je dokładnie. Wkładamy do lodówki na min. 1 godzinę.
- 3 Przekładamy do żaroodpornego naczynia. Między mięso układamy posiekany w drobną kosteczkę czosnek i cebulkę. Pieczemy ok. 40 min w piekarniku rozgrzanym do temp. 170 stopni. Co 10 min polewamy wytopionym tłuszczem zmieszany z resztką marynaty.
- 4 Podajemy z pieczonym ziemniaczkami lub ryżem.
- 5 Smacznego!

## Twoje notatki do przepisu: