

Udka kurczaka pieczone na kapuście

Autor: **WaniliaiKardamon**Przepisów: **33** Ocena: **587**

5-6 os.



> 60 min



łatwe



tanie

Składniki:

- 6 ud kurczaka bez pałek- 1,20 kg
- 1 główki małej świeżej kapusty
- 3 liście laurowe
- Marynata:
 - 2 łyżki musztardy starofrancuskiej lub rosyjskiej z ziarnami gorczycy
 - 3 łyżki majonezu
 - 1 cebuli
 - 3 ząbki czosnku
 - 1 łyżeczka soli
 - 1 łyżeczka słodkiej papryki
 - 1 łyżeczka przyprawy do kurczaka
 - natka pietruszki do posypania

Sposób przygotowania:

- 1 Mięso z ud umyć, osuszyć ręcznikiem papierowym, ułożyć w misce.

Przygotować marynatę:

Musztardę połączyć z majonezem, dodać posiekaną drobniutko cebulkę, przeciśnięty przez praskę czosnek, wsypać sól i przyprawy, wymieszać na jednolitą masę zalać mięso, dokładnie łyżką przemieszać aby pokryło się w całości marynatą, odstawić do lodówki na minimum 3 godziny.

- 2 Kapustę poszatkować nożem, ułożyć na dnie naczynia żaroodpornego razem z liściem laurowym. Na wierzchu ułożyć zamarynowane mięso.

Piec w nagrzanym piekarniku do 180*c przez około godzinę aż mięso będzie mięciutkie.

Gdyby za szybko się przypiekało można nakryć folią aluminiową którą należy zdjąć 10 minut przed końcem pieczenia aby mięsko się zrumieniło. Podawać posypane posiekaną natką pietruszki z gotowanymi ziemniakami.

Twoje notatki do przepisu: