

Udka kurczaka w marynacie ketchupowej

Autor: **EWAM45**Przepisów: **147** Ocena: **2816**

3-4 os.



30 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- 6 udek kurczaka
- 2 łyżki ostrego ketchupu
- 1 łyżeczka ziół do drobiu
- 1 łyżka oleju

Sposób przygotowania:

- 1 Udka płuczemy, wycieramy ręcznikiem papierowym. Układamy w misce wlewamy ketchup, wsypujemy zioła- mieszamy. Zostawiamy na ok 1 godzinę.

Na patelni rozgrzewamy olej. Wkładamy mięso, wlewamy marynatę, obsmażmy. Zmniejszamy ogień , przykrywamy i dusimy pod przykryciem ok 30 min. Podajemy z surówką, ziemniakami. Lub tak, jak lubimy.

Twoje notatki do przepisu: