

Grilované kuře na špejli

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

Kuřecí prsa

olej

kečup

provensálské koření

grilovací koření

vegeta, š

pejle s hrotem

Postup

Kuřecí prsa jemně nasolíme a nakrájíme na úzké dlouhé nudle. Dáme do mísy a zalijeme marinádou z oleje, kečupu, provensálského a grilovacího koření a vegety. Možno přidat i chilli, česnekem se taky nic nezkazí. Dá se použít i jiná marináda na kuře. Poměr ať zvolí každý podle chuti, olejem doporučujeme nešetřit, na ohni se vypeče.

Necháme odležet a potom maso napichujeme na špejle - jako hada. Dáváme většinou dvě nudle na jednu špejli a potom je zalomíme, aby se vešly na gril a přitom se daly dobře držet a otáčet. Je to za chvíli hotové a nevyschne to tolik, jako když se dělají kuřecí prsa vcelku.