

Kuřecí stehna s medem

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

1 lžíce jemně sekané pažitky
1 cibule
2 kuřecí stehna
špetka muškátového květu
sojovou omáčku
3 lžíce medu
1 menší vejce
25 g slaniny
sůl
2 stroužky česneku
čerstvá petrželka na zdobení.
1 lžíce mléka
1 lžičku ostré hořčice
2 špalíčky mrkve
1 houska
1 lžíce másla
bílý mletý pepř
5 lžic ananasové nebo pomerančové šťávy

Postup

Stehna omyjeme, osušíme, vykostíme a osolíme. Housku nakrájíme na malé kostičky. Slaninu nadrobno a necháme ji rozškvařit. V misce rozšleháme vejce s mlékem, přidáme nakrájenou housku, rozpuštěnou slaninu, sekanou pažitku, špetku muškátového květu, osolíme a podle chuti opepříme. Důkladně promícháme. Náplň rozdělíme a místo kosti dáme špalíček mrkve, vložíme náplň a zašijeme.

Pak připravíme marinádu :

Smícháme 3 lžíce medu s 5 lžicemi ananasové nebo pomerančové šťávy, jednu lžici ostré hořčice, lžičku sojové omáčky a půl lžičky bílého rozemletého pepře. Stehna marinádou potřeme a necháme nejméně 2 hodiny uležet v chladnu. Potom na oleji stehna ze všech stran dobře opečeme. Pokud se stehna nestačila propéct, přidáme marinádu v troubě dopékáme. Podáváme s pečenými bramborami, hranolky či pečivem. Možná obloha nebo zeleninový salát. Pečená stehna se dají jíst teplá i studená s okurkou, rajčetem a podobně.