

Indická kuřecí stehna

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

2 lžíce oleje

1 lžíce bylinkového octa

0,5 lžičky cayenského pepře
sůl

5 stroužků česneku

1 lžička římského kmínu

kelímek jogurtu

1 lžíce koriandru

Ingredience::

pepř

3 lžíce citronové šťávy

0,5 lžičky mleté kurkumy

4 kuřecí stehna

Postup

Postup přípravy: Z kuřecích stehen stáhneme kůži a několikrát je nařízneme špičkou nože. Do povrchu zatřeme citronovou šťávu se solí. Na marinádu rozetřeme jogurt s octem a olejem. Přidáme prolisovaný česnek a roztlučený koriandr a kmín. Okořeníme cayenským pepřem, kurkumou a pepřem. Dobře promícháme. Stehna potřeme marinádou a přikryté marinujeme asi 6 hodin. Plech vyložíme alobalem a rozložíme na něj stehna. Pečeme zhruba 40 minut při 200 °C.