Kuřecí na medu

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

4 kuř.čtvrtky
4 stroužky česneku
1 rajčatový protlak
4 lžíce medu
1 lžíce worcestru (pokud vaříte pro děti může být i méně nebo vůbec)
1 lžička oregana
2 lžíce oliv.oleje
pepř
sůl

Postup

Česnek očistíme a prolisujeme do mísy. K česneku přidáme rajč.protlak, med, worcestrovou omáčku, oregano a olej. Marinádu promícháme, osolíme a trochu opepříme.
Kuřecí čtvrtky očistíme, omyjeme, osušíme a potřeme připravenou pastou. Vložíme do skleněného pekáčku (zap.mísy) a pečeme asi 1hodinu při 220 °C. Pokud by maso rychle hnědlo, přikryjeme pekáč (mísu víkem) listem alobalu.
Kuřecí čtvrtky na medu podáváme s různě upravenými brambory. Ale nejlepší k tomu jsou pečené.