

Provensálský drůbeží špíz

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

500 g kuřecích prsou nebo krůtích stehen

12 žampionů

1 červená paprika

1 cuketa

80 g cibule

petrželka

Marináda:

1 lžíce citrónové šťávy

sůl

pepř

provensálské bylinky

4 lžíce oleje

česnekový prášek nebo utřený česnek

Postup

Papriku, cuketu a cibuli nakrájíme na kousky. Drůbeží maso a zeleninu s petrželkou napichujeme střídavě na jehly. Přísady na marinádu promícháme a špízy tím potřeme. necháme asi 2 hodiny odpočinout. Grilujeme po každé straně asi 6 - 6 minut. Příloha: čerstvý salát a bílé pečivo.