

Slávnostné medové kurča s ananásom a Karičkovým dipom

Potrebuje

- - 8 ks kuracie stehná
- - soľ podľa chuti
- - 4 PL med
- - 4 PL olivový olej
- - 4 PL sojová omáčka
- - 4 strúčiky cesnak
- - mleté čierne korenie štipka
- - kurkuma štipka
- - 1 kyslá smotana
- - 1 Karička črievko
- - 4 PL ananásový kompót

Postup

Kuracie stehná umyjeme a osolíme. Uložíme ich do olejom natretého pekáča.

Z olivového oleja, medu, pretlačeného cesnaku, sójovej omáčky, citrónovej šťavy a kurkumy si pripravíme zmes, ktorou ich potrieme z oboch strán. Pečieme cca 45 minút pri teplote 225 °C. V polovici pečenia ich pretočíme.

Medzitým si pripravíme dip z kyslej smotany, syra Karička črievka, cesnaku, čierneho korenia a štipky kurkumy. Ingrediencie spolu vymiešame a dip podľa chuti osolíme.

Upečené stehná naservírujeme na tanieri, pridáme 1PL ananásového kompótu a polejeme dipom.

Podávame s ryžou. Dobrú chuť!

Tento recept nám posielal: Peter zo Žiliny

náročnosť: stredná

čas: 60

porcie: 8

bezlepkový recept: Áno