

# Morčacie stehná s medom, citrónom a Karičkou

## Potrebuje

- - 4 ks morčacie stehná dolné
- - 1 PL cukor
- - 1 citrón
- - ½ ČL rasca mletá
- - mleté čierne korenie štipka
- - ½ ČL mletá červená paprika
- - 3 strúčiky cesnak
- - 2 PL med
- - 4 PL kyslá smotana
- - 1 Karička črievko
- - soľ

## Postup

Soľ, cukor a kôru z citróna premiešame. Morčacie stehná dobre umyjeme, osušíme, natrieme zmesou a uložíme do pekáča. Odložíme do chladničky a dáme marinovať - najlepšie na noc, aby zmes prenikla do mäsa.

Potom stehná opláchneme a z obidvoch strán natrieme zmesou korenín, medu a šťavy z citróna a dáme piecť do rúry približne na 1 hodinu pri teplote cca 200 °C.

Nakoniec zo smotany a syru vymiešame dip, ktorý ochutíme pretlačeným cesnakom a čiernym korením a osolíme.

Podávame s grilovanou zeleninou a opekanými zemiakmi.

Dobrú chuť!

---

Tento recept nám posielal: Peter zo Žiliny

náročnosť: nízka

čas: 60

porcie: 4

bezlepkový recept: Áno