

Kuře s medovou zeleninou

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- kuřecí stehna 2 ks
- mražená zelenina 300 g
- med 3 lžíce
- citronová šťáva 2 lžíce
- olej 2 lžíce
- sojová omáčka 2 lžíce
- cibule 1 ks
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- sladká paprika 1 špetka

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Smícháme 2 lžíce oleje, 2 lžíce medu, 1 lžící citronové šťávy, 1 lžící sojové omáčky, sůl, pepř a papriku. Směsí potřeme stehna a necháme marinovat.

Do pekáče vložíme na plátky nakrájenou cibuli, kuřecí stehna a podlijeme vodou a pečeme v troubě předehřáté na 220 °C. Po dvaceti minutách přidáme mraženou zeleninu a dál pečeme až zelenina změkne.

Upečená stehna vyjmeme, zeleninu dochutíme lžící medu, citronovou šťávou, sojovou omáčkou, solí a podáváme.

