

Kuřecí prsa s grilovaným fenyklem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- prsní řízky s kůží 4 ks
- Olivový olej 1 ks
- Estragon 1 snítka
- Fenykl 1 ks
- Ředkvička 1 svazek
- Pažitka 1 ks
- Zakysaná smetana 200 ml
- Pepř mletý 1 ks
- Sůl 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Kuřecí maso potřete olejem s estragonem. Nechte hodinu odležet.

Mezitím si připravte fenykl, zbavte ho vrchní vrstvy a překrojte. Osolte, opepřete a pokapejte olejem. Maso z obou stran grilujte dozlatova, ke konci dejte na gril fenykl. Teprve potom solte. Podávejte se salátem, který připravíte z nakrájených ředkviček, nasekané pažitky a zakysané smetany. Ochuťte solí a pepřem.

NÁŠ TIP: Zkuste si připravit kuřecí prsa také technologií sous vide. Osolte, opepřete, přidejte estragon, zavakuujte a dejte do SousVide na 90 minut při teplotě 70 °C. Na hodinu přidejte vakuovaný fenykl. Pak krátce ogrilujte.

