

Filety z kurczaka



Kuchnia: polska

Czas przygotowania: 15 do 30min.

Danie dla: 4 osób

Koszty przyrządzenia: 15

Stopień trudności: 3/10

Składniki:

- filet z kurczaka - 1 kg
- olej - 1 szklanka
- pieprz - 1 łyżka
- majeranek - 1,5 łyżki
- sól - 1 łyżka
- czosnek - 2 ząbki
- cebula - 1 szt.

Opis przygotowania:

Filety pokroić na cieńsze płyty.

Marynata: Cebulę pokroić w plasterki. Do oleju dodać przypraw, cebulę i zmiądzony czosnek. Wszystko dokładnie wymieszać. Włożyć mięso, wymieszać, przykryć i pozostawić na 24 godziny w lodówce. Następnie wyciągnąć mięso i oczyścić z cebuli. Piec podlewając marynatą 5-10 minut z każdej strony.

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!