
Pikantne skrzydełka kurze

Dodano: 2010-01-01 17:23:30

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1069 razy.

Kuchnia chińska

6 skrzydełek kurczaka

1 kostka rosołowa

Marynata :

1 2 łyżki sosu sojowego lub 1/2 łyżki przyprawy

maggi, 2 łyżki wody, szczypta glutasoli (dowolnie)

1/2 łyżeczki cukru

1/4 łyżeczki soli

1 roztarty ząbek czosnku

1 łyżka miodu

4 łyżki oleju jadalnego

1. Włożyć do rondła skrzydełka, rozpuścić kostkę rosołową w takiej ilości wody, aby je przykrywała. Gotować pod przykryciem do miękkości na małym ogniu.

2. Dokładnie wymieszać ze sobą składniki marynaty.

3. Osączone skrzydełka włożyć do

4. Piec na rozgrzanym ruszcie elektrycznym z obu stron do zrumienienia. Przy braku rusztu, krótko smażyć na patelni.

5. Podawać z ogórkiem konserwowym lub surówką z kwaszonej kapusty. ,

Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD