



Pałki z kurczaka w marynacie musztardowej

Autor: Ania321

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Pałki z kurczaka umyć, osuszyć i ponacinać. Wrzucić do miski. Dodać musztardę, miód, ocet winny oraz oliwę z oliwek, sól oraz pieprz. Wymieszać rękami, aby mięso równomiernie pokryło się marynatą. Wstawić do lodówki na całą noc.

Krok 2

Ułożyć pałki na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Polać marynatą. Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec 40 minut w temperaturze 200°C. W połowie pieczenia przewrócić udka na drugą stronę i polać resztą marynaty.

Składniki:

1 kg pałek z kurczaka

2 łyżki musztardy francuskiej

1 łyżka musztardy rosyjskiej

2 łyżki musztardy sarepskiej

1 łyżka miodu

3 łyżki octu winnego

1 łyżka oliwy z oliwek

Pieprz

Sól