

Pečená kuřecí stehna



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

586 kalorií , **15 g** cukrů , **44 g** tuků , **18 g** bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: <https://srecepty.cz/pecena-kureci-stehna>

Příprava

Cibuli jemně nasekáme, prolisovaný česnek smícháme se solí, přidáme ostatní suroviny (kromě stehen) a důkladně vše promícháme. Do marinády vložíme kuřecí stehna a necháme je 2 hodiny v chladu. Potom dáme stehna s marinádou do pekáče a ve středně vyhřáté troubě je za občasného podlévání horkým vývarem a přelévání vypečenou šťávou upečeme.

Ingredience

- 4 kuřecí stehna
- 1 cibule
- 6 stroužků česneku
- 1 lžíce sojové omáčky
- 5 lžic pikantního kečupu
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 1 lžička mleté papriky
- 3 lžíce slunečnicového oleje
- 1 lžíce octa
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Drůbež a králík, Klasika, Rodina, Hlavní chod

