

Ваш рецепт "КУРИНАЯ ГРУДКА НА ГРИЛЕ "



В миске смешайте соевый соус, мед, растительное масло, лимонный сок и чеснок. Положите в миску куриные грудки и переверните несколько раз, чтобы они покрылись маринадом со всех сторон. Накройте и поставьте мариноваться в холодильник минимум на 30 минут. Хорошо разведите угли. Слегка смажьте маслом решетку гриля-барбекю или чугунный рашпер. Жарьте курицу на гриле по 6 - 8 минут с каждой стороны, пока сок не станет прозрачным. Маринад вылейте. Подавайте со свежими овощами и зеленью.

Для приготовления данного блюда Вам необходимо:

Соевый соус - 3 ст.л.

Мед - 1 ст.л.

Растительное масло - 1 ст.л.

Сока лайма или лимона - 1 ч.л.

Зубчик чеснока, измельчить - 1 шт.

Куриные грудки филе – 4 шт.

Компания "ФинГриль" желает Вам приятного аппетита !

www.fingrill.ru

+7 (495) 762 57 52

Финские грили-барбекю «Tundra Grill» и «Valugrilli».