

Ваш рецепт "КУРИНОЕ ФИЛЕ В СОУСЕ "



Измельчаем чеснок и смешиваем его со специями.

Затем добавляем мед, горчицу, выжимаем сок половины лимона, смешиваем соус. Часть маринада можно оставить для готового блюда, в остальном замачиваем куриные грудки. Оставляем грудки мариноваться минимум на полчаса. Далее все просто. Кладем грудки на решетку финского гриля-барбекю и обжариваем с двух сторон на гриле примерно 5-7 минут с каждой стороны. Также для жарки можно использовать рашпер или малую гриль-решетку барбекю 38 см.

Жар от углей не должен быть слишком сильным. Перед подачей грудки лучше полить соусом: либо маринадом, который вы отложили специально для готового блюда, либо специально приготовленным соусом из горчицы, оливкового масла, сока лимона и чеснока. Свежие овощи и зелень будут кстати!

Для приготовления данного блюда Вам необходимо:

Филе курицы - 6 шт.

Мед - 1/2 стакана

Французская горчица - 100 гр.

Красный молотый перец - 1/2 чайной ложки

Лимон - 1 шт.

Паприка - 1 столовая ложка

Соль - 1/2 чайной ложки

Чеснок - 1 зубчик

Компания "ФинГриль" желает Вам приятного аппетита !

www.fingrill.ru

+7 (495) 762 57 52

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