



Kuřecí souvlaki

Ingredience

kuřecí stehenní řízky: **400 g**

česnek - stroužky: **2 ks**

olivový olej: **3 PL**

oregano: **1 KL**

sušená máta: **1 KL**

citron: **1 ks**

sůl

mletý pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Kuřecí stehenní řízky omyjeme a nakrájíme na tenké, dlouhé proužky. Smícháme olivový olej, sůl, pepř, oregano, mátu, citronovou šťávu, na plátky...

Kuřecí souvlaki - recept

Kuřecí stehenní řízky omyjeme a nakrájíme na tenké, dlouhé proužky. Smícháme olivový olej, sůl, pepř, oregano, mátu, citronovou šťávu, na plátky pokrájené stroužky česneku a vytvoříme marinádu. Do směsi pak naložíme všechno maso, přikryjeme alobalem a necháme přes noc odležet. Naložené maso následně napichujeme na špejle. Každý proužek nejprve propíchneme na konci,

obtočíme kolem špejle, znovu propíchneme a pokračujeme stejně, dokud nám plátek masa stačí. Maso pak stáhneme na spodní část špejle, a pokračujeme s dalším kouskem, dokud není špíz plný. Pro lepší práci doporučujeme namočit špejle předem do vody.

Špízy grilujeme na rozpáleném grilu ze všech stran dozlatova. Tradiční **řecké kuřecí souvlaki** podáváme ideálně s tzaziky nebo dipem se zakysané smetany. Jako přílohu můžeme zvolit hranolky, brambory nebo řeckou pitu.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí