



Pikantní kuřecí křidýlka na medu

Ingredience

kuřecí křidýlka: **600 g**
tekutý med: **6 PL**
olivový olej: **2 PL**
sójová omáčka: **3 PL**
worchestrová omáčka: **2 PL**
stroužky česneku: **2 ks**
sladká paprika: **1 KL**
chilli koření: **1 KL**
mletý pepř: **1 KL**
sůl: **1 KL**

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujem

Pomocí metličky smícháme olej, med, sójovou a worchestrovou omáčku, veškeré koření a prolisovaný česnek. Mícháme tak dlouho, až vznikne hladká emulze...

Pikantní kuřecí křidýlka na medu - recept

Pomocí metličky smícháme olej, med, sójovou a worchestrovou omáčku, veškeré koření a prolisovaný česnek. Mícháme tak dlouho, až vznikne hladká emulze. V medové marinádě necháme **kuřecí**

křídýlka do druhého dne. Pekáček vymažeme olejem, vyskládáme do něj marinovaná křídýlka, přikryjeme a pečeme **na 160 °C asi 40 minut**. Odkrytá medová křídýlka necháme dopéct dozlatova odkrytá **asi 20 minut**.

Pikantní kuřecí křídýlka na medu můžeme také opéct na grilu. Během grilování potíráme křídýlka marinádou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí