

Куриные бедрашки запеченные в апельсиново-имбирном соусе

Добавил(а) Оля
20.12.10 09:48 -



Продукты для рецепта

- Окорочка куриные - 1 кг.
- Лук - 1 шт., Перец сладкий - 1-2 шт.
- Имбирь - 20 гр., мёд - 1 ст.л.
- Апельсины - 1 шт.

Куриные бедрышки запеченные в апельсиново-имбирном соусе

Добавил(а) Оля
20.12.10 09:48 -

- Лимон - 0,5 шт.
- Соль, перец



Трём цедру одного апельсина.

Выдавливаем сок апельсина.

Имбирь чистим, трём на средней тёрке.

Куриные бедрашки запеченные в апельсиново-имбирном соусе

Добавил(а) Оля
20.12.10 09:48 -



В чаше смешиваем имбирь, сок и цедру апельсина, сок половины лимона, мёд.

Окорочка солим, перчим.



Выливаем соус на курицу, перемешиваем и оставляем на 1 час.

Куриные бедрашки запеченные в апельсиново-имбирном соусе

Добавил(а) Оля
20.12.10 09:48 -



Выкладываем курицу в жаропрочный противень, поливаем оставшимся соусом.

Сверху выкладываем лук, порезанный кольцами, и кусочки сладкого перца.



Запекаем в разогретой до 180 градусов духовке 25-30 минут.

Куриные бедрашки запеченные в апельсиново-имбирном соусе

Добавил(а) Оля
20.12.10 09:48 -

Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}