KUŘECÍ SATAY

Recepty

Hlavní chody

Grilování

30 min

4



3.1

2252

Budete potřebovat

kuřecích vykostěných stehen – vrchní část	600 g
Marináda ↓	
šalotka	1
Gorilovací koření na steak	
česneku	4 stroužky
Sójová omáčka bez lepku	3 lžíce
rýžového vína	3 lžíce
hnědého cukru	2 lžíce

limetkové šťávy	1 lžíce
arašídového oleje	1 lžíce
Bambusové grilovací jehly	
Arašídová omáčka ↓	
kokosového mléka	400 ml
nesolených arašídů	1 hrnek
Čína - bez soli	
Chilli kousky	
Sójová omáčka sladká	
sezamového oleje	1 lžička
hnědého cukru	1 lžíce
citronové šťávy	1 lžíce
oleje	2 lžíce

Příprava receptu

Suroviny na marinádu rozmixujeme do hladké pasty. Kuřecí stehna nakrájíme na silnější proužky. Ty napichujeme a současně omotáváme okolo grilovacích jehel tak, aby vznikly malé závitky. Špízy potřeme olejem a vložíme do menšího pekáčku. Přelijeme marinádou a necháme několik hodin marinovat. Odleželé špízy otřeme od marinády a grilujeme za občasného otáčení a potírání olejem dozlatova.
Suroviny na omáčku rozmixujeme a vzniklou pastu zahřejeme – nevaříme!

Čína - bez soli

Sójová omáčka bez lepku

Gorilovací koření na ste