



Kurczak w jogurtowej marynacie curry

4 porcje ⌚ 25 min

Składniki

- 1 podwójna pierś z kurczaka
- 300g jogurtu naturalnego np. greckiego
- 2 cm imbiru
- 3 ząbki czosnku
- ½ papryczki chilli
- sok z jednej limonki
- 2 łyżki dobrej jakości przyprawy curry
- sól i pieprz

Przygotowanie

1 Filet oczyść, umyj i osusz. Podziel na cztery cienkie porcje. W naczyniu głównym zmiksuj na drobno: czosnek, imbir i chilli

⌚ 15 sek ✦ 4

2 Dodaj sok z limonki, jogurt i curry. Dopraw solą i pieprzem

3 Zamarynuj filety z kurczaka na około 8 godzin (najlepiej na noc) Grilluj filety z kurczaka na rozgrzanym ogniu przez około 20-25minut