

Kuracie nugetky v jogurtovej kruste



ČAS PRÍPRAVY
45 min



NÁROČNOSŤ



ľahká

INGREDIENCIE

- 400 g kuracích prs
- 200 g celozrnnej strúhanky/kukuričná krupica/pomleté mandle
- 200 g bieleho jogurtu (ja som použila hustý grécky)
- soľ
- 1 ČL cesnakového korenia alebo 2-3 strúčiky cesnaku
- mleté čierne korenie
- 2 PL strúhaného parmezánu

POSTUP

1. Kuracie prsia umyjeme a nakrájame na požadovaný tvar.
2. V miske zmiešame jogurt so soľou, mletým čiernym korením, cesnakom a parmezánom.
3. Kuracie kúsky obalíme v jogurtovej zmesi (ja som ich zamiešala s marinádou v miske a nechala v chladničke odstáť aspoň 30 minút) a následne v strúhanke.
4. Obalené kúsky ukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie, môžeme pokvapkať olejom a pečieme na 190°C približne 30-35 minút do chrumkava, pričom ich v polovici pečenia otočíme.



MADE BY FOODBYTINKA



FOODBYTINKA



FOODBYTINKA

WWW.FOODBYTINKA.SK