

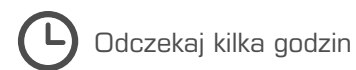
MARYNOWANE PODUDZIA Z KURCZAKA Z PILAWEM RYŻOWYM



15 minut



30 minut



Odczekaj kilka godzin

Składniki dla 4 osób

- 8 podudzi z kurczaka
- 1 czerwona papryka
- Do dekoracji: kilka liści bazylii

Pilaw ryżowy

- 400 g ryżu długoziarnistego lub basmati
- 1 biała, drobno pokrojona cebula
- 30 g niesolonego masła
- 1 łyżka oleju roślinnego
- 1 mała gałązka świeżego tymianku
- 1 liść laurowy
- 600 ml wody lub bulionu drobiowego
- Sól i pieprz

Marynata – Domowy sos barbecue

- 6 łyżek soku pomidorowego
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 4 łyżki octu balsamicznego
- 2 łyżki sosu sojowego
- Sól
- 1/2 łyżeczki zmiażdżonego czarnego pieprzu
- Kilkanaście świeżych liści bazylii
- 1 biała cebula, obrana i pokrojona w ósemki
- 2 ząbki czosnku, obrane i rozgniecione
- Mały kawałek imbiru, obrany i rozgnieciony
- 1 szczypta mielonego kminku (opcjonalnie)
- 1/2 łyżka soku z cytryny (opcjonalnie)
- Kilka kropel sosu Worcestershire (opcjonalnie)
- 1 łyżka syropu klonowego (opcjonalnie)

Potrzebne naczynia

1 patelnia głęboka Ingenio
1 patelnia wok Ingenio
Hermetyczna plastikowa pokrywa Ingenio
(o tej samej średnicy co patelnia głęboka – 24cm)
Pokrywa Ingenio do pieczenia w piekarniku
(opcjonalnie)



Wymieszać kawałki kurczaka z marynatą na patelni, zakryć pokrywką hermetyczną i odstawić na kilka godzin do lodówki.



Piekarnik rozgrzać do 180°C. Usunąć nasiona i pokroić paprykę. Przełożyć wszystko do rondla. Użyć rączki, by włożyć rondel do piekarnika. Piec przez 30 minut. Użyć odłączanej rączki, żeby włożyć patelnię do piekarnika. Piec wołowinę i ziemniaki w piekarniku przez około 15 minut w temperaturze 180°C.



W woku podgrzać oliwę i masło. Podsmażyć cebulę, pilnując, by nie zbrązowiła. Dodać ryż, mieszając go delikatnie (dopóki nie stanie się półprzezroczysty). Dodać 600 ml wody lub bulionu, doprowadzić do wrzenia i gotować na wolnym ogniu (bez przykrycia) przez 20–25 minut.



Po ugotowaniu ryżu sprawdzić, czy kurczak jest już upieczony. Podawać z ryżem i listkami bazylii.

Dla wzmocnienia aromatu ponakłuj kurczaka przed zamarynowaniem.