



## Grécke kura s ryžou z jedného hrnca

### Ingrediencie

- 700 g Kuracie paličky
- 1 g Citrónová kôra, surová
- 2 g citrónová šťava
- 2 lyžičky Korenie, oregano, sušené
- 2 g cesnak
- 3 lyžice olej
- 0.5 lyžička soľ
- 12 g Maslo
- 1 stredná Cibuľa, surová
- 180 g ryža
- 1 g čierne korenie
- 1 vetvička petržlen, čerstvý
- 1 kocka MAGGI slepačí bujón

### Postup

1. Kuracie paličky zo všetkých strán osolíte a okoreňte.
2. Teraz si pripravte marinádu z oleja, citrónovej šťavy, citrónovej kôry, oregana a nadrcených strúčikov cesnaku.
3. Touto zmesou mäso zo všetkých strán pokryte a nechajte marinovať minimálne hodinu. V inej nádobe zalejte vriacou vodou 1 kocku MAGGI slepačieho bujónu a zamiešajte.
4. Keď je mäso namarinované, na troche oleja ho vo väčšej liatinovej panvici zo všetkých strán sprudka opečte. Zvyšok marinády si nechajte.
5. Opečené mäso vyberieme na tanier az panvy odstráňte olej aj pripečené zvyšky. Teraz dajte na panvicu rozohriať lyžicu masla a na nej restujte najemno nasekanú cibuľu.
6. Teraz k nej pridajte nepropláchnutou ryžu a zvyšnú marinádu. Krátko orestujte, aby sa ryža obalila tukom.
7. Rúru predhrejte na 180 ° C.
8. K ryžu teraz prilejte horúci MAGGI Slepací bujón, pridajte kuracie paličky, priklopte a dajte piecť na cca 30 minút. Po pol hodine odklopte a pokrm dopečte dozlata ešte asi 5 minút. Pred podávaním jedlo posypte nasekanou zelenou petržlenovou vňaťou.

🕒 118

⊕ 4

sacharidy	39.09 g
energie	482.68 kcal
tuky	19.17 g
proteín	37.37 g