

## Kuracie stehná s chrumkavou kožou

### Ingrediencie

- 5 g MAGGI Harmónia chuti
- 500 g Kuracie mäso
- 5 g cesnak
- 1 g čierne korenie
- 1 lyžica repkový olej
- 2 g soľ
- 1 g mletá sladká paprika
- 40 g majonéza
- 20 g horčica

### Postup

1. Cesnak olúpte a pretlačte lisom.
2. V mise zmiešajte majonézu, horčicu, prelisovaný cesnak, olej a korenie Maggi Harmónie chuti, kým nevznikne hladká marináda.
3. Kuracie stehná alebo štvrťky dôkladne opláchnite, osušte papierovou utierkou a vložte do marinády. Premiešajte tak, aby bolo mäso rovnomerne obalené. Zakryte a nechajte marinovať v chladničke aspoň 3 hodiny, ideálne cez noc.
4. Predhrejte rúru – pre stehná na 200 °C, pre štvrťiny na 180 °C. Mäso preložte do zapekacej misky. Posypte štipkou soli, korením a mletou paprikou. Prikryte alobalom alebo vekom a vložte do rúry.
5. Pečte: Stehná: cca 50–55 minút pri 200 °C Štvrťky: cca 70–90 minút pri 180 °C Počas pečenia mäso niekoľkokrát prelejte výpekou, prípadne zvyšnou marinádou. Na posledných 10 minút pečenia odkryte, aby sa mäso pekne opeklo dozlatista. Podávajte s varenými alebo pečenými zemiakmi, ryžou alebo čerstvým zeleninovým šalátom.

🕒 260

⊕ 3

sacharidy	3.2 g
energie	440.05 kcal
tuky	34.53 g
proteín	27.87 g