

Kuřecí stehýnka obalované v sezamu



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 2h 20min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 2h 55min , Porce: 4

460 kalorií , **0 g** cukrů , **42 g** tuků , **11 g** bílkovin

Autor: pavlinf

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-stehynka-obalovane-v-sezamu>

Příprava

Stehna omyjeme a osušíme. Na pánvi rozežřejeme máslo a sundáme z ohně. Vmícháme sójovou omáčku a hořčici a víno. Stehna marinádou potřeme a necháme v chladu alespoň 2 hodiny odležet. Pečeme v předehřáté troubě na 170°C asi 25 minut, pak stehna vyndáme a obalíme v sezamu. Vratíme zpět do trouby a pečeme ještě 10 minut. Podáváme s pečeným bramborem .

Ingredience

- 4 kuřecí stehna
- 1 lžíce másla
- 1 lžička sójové omáčky
- 1 dcl bílého vína
- 1 lžíce polotučné hořčice
- 4 lžíce sezamu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Drůbež a králík, Rodina

