



• **Udka kurczaka z octem balsamicznym**

Dla 4 osób

Składniki: - 4 udka kurczaka, bez kości -2 ząbki czosnku, rozgniecione -200 ml czerwonego wina -3 łyżki białego octu winnego -sól i pieprz -1 łyżka oleju -15 g masła -3 łyżki octu balsamicznego -2 łyżki tymianku, świeżo posiekanego -ugotowany ryż lub polenta, do podania -4 cebulki szalotki

Sposób przygotowania: Skórkę z udek kurczaka kilkakrotnie naciąć. Następnie natrzeć czosnkiem i umieścić w naczyniu bez metalowych elementów. Udka polać winem oraz octem winnym i doprawić pieprzem i solą. Naczynie przykryć i mięso marynować przez całą noc w lodówce. Marynowane udka wyjąć z marynaty łyżką cedzakową i pozostawić do osączenia. Marynatę zachować. Olej i masło rozgrzać na patelni. Smażyć na nich szalotkę przez 2-3 minuty, aż zmięknie. Dodać udka kurczaka i smażyć z każdej strony przez 3-4 minuty na złotobrazowy kolor. Zmniejszyć płomień i dolać połowę z zachowanej marynaty. Patelnię przykryć i mięso smażyć przez 15-20 minut. Jeśli marynata szybko się wygotuje, dolać jeszcze odrobinę. Gdy udka będą już gotowe, dodać do sosu ocet balsamiczny i tymianek i dusić jeszcze 4 minuty. Gotowe udka przełożyć na talerze, polać sosem i podawać z polentą lub ryżem.

[agniecha17](#)
Raczkowanie

Dot.: Jak ciekawie przyrządzić udka z kurczaka?

Zarejestrowany: 2003-04
Lokalizacja: Hiszpania
Wiadomości: 274

Swietne udka mozesz przyrzadzic np. udka przekroic na pol, oproszyc sola i pieprzem i natrzec (maslo+czosnek+majeranek) , niech troche przejdzie. Obsmazasz na oliwie lub ew oleju, dodajesz pokrojona w kostke papryka (ilosc zalezy od ilosci udek, ja dodaje bez skorki), chwile przesmaszasz, wlewasz troche bialego wina, jak odparuje alkohol dodajesz troche przecieru pomidorowego i dusisz na malym ogniu ok. godzinki (ja daje do piekarnika). Podawac z bagietka a na imprezach mozna zostawic na podgrzewaczu. Dla mnie rewelacja, polecam 😊

2006-06-27, 10:17

[#4](#)

[beliczek](#)
Zakorzenie

Dot.: Jak ciekawie przyrządzić udka z kurczaka?

Zarejestrowany: 2003-04
Wiadomości: 2 946

Ja kroję udka na pół. Potem wycinam z nich kości w taki sposób, że powstają "steki", okrągłe, płaskie kotlety. Potem marynuję je w zależności od ochoty (najczęściej w curry) i piekę na grillu albo na patelni. Mięsko ma wszystkie zalety udek - nie jest wysuszone, jest kruche i soczyste a dzięki temu, że wycinam kości piecze lub smazy się bardzo szybko. Wycięte z udek kości mrozę i gotuję na nich zupę, np. pomidorową.

Pyszności z udek kurczaka

(2 głosy)

Napisał: Kim

Składniki:

4 udek z kurczaka

1 łyżeczka świeżo utartego imbiru

3 łyżki sosu sojowego

1 łyżka czystej wódki

mąką kukurydzianą

olej do głębokiego smażenia

Sposób przyrządzenia:

Mięso umyć, dokładnie osuszyć. Używając ostrego noża usunąć z mięsa kości, pokroić w grubą kostkę. Jeśli ktoś nie lubi skóry może ją również usunąć. Sos sojowy wymieszać z wódką i imbirem. Marynatę wymieszać z mięsem i odstawić na 60 minut do lodówki. Tak przygotowane kostki mięsa nabijać po 4 na szpadki do szaszłyków, obtoczyć w mące kukurydzianej. W dużym rondlu nagrzać mocno olej, wkładać szpadki z mięsem i smażyć aż się zarumienią. Podawać z kawałkami cytryny i ulubionymi dodatkami. Oczywiście można się obyć bez szaszłykowych szpadek.

