

Chrupiące udka z kurczaka z masłem orzechowym

Czas ogółem **60 min** 15 min Czas przygotowania **45 min** Czas gotowania

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

4	udka z kurczaka, z kością lub bez (łącznie 500-600 g)
4 łyżki	oleju roślinnego
75 g	chrupiącego masła orzechowego
10 łyżki	<u>Sos Teriyaki z tostowanym ziarnem sezamowym Kikkoman</u>
4 łyżki	<u>Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu</u>
2	czerwone cebule
1	mała czerwona papryka
1	mała żółta papryka
250 g	różyczek brokuła

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

4 udka z kurczaka, z kością lub bez (łącznie 500-600 g) - **2 łyżki** oleju roślinnego
Udka smaż w woku skórą do dołu z odrobiną oleju na średnim ogniu przez 20 minut. Odwróć i smaż przez kolejne 5 minut.

Krok 2

75 g chrupiącego masła orzechowego - **6 łyżki** Sos Teriyaki z tostowanym ziarnem sezamowym Kikkoman **4 łyżki** Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu
Rozgrzej piekarnik do 220°C (grill z termoobiegiem). Masło orzechowe wymieszaj z Sosem do woka Teriyaki z sezamem Kikkoman. Ułóż udka kurczaka w naczyniu żaroodpornym i posmaruj mieszanką teriyaki i masła orzechowego. Następnie posyp Kikkoman Panko i skrop tłuszczem z woka.

Krok 3

2 czerwone cebule - **1** mała czerwona papryka - **1** mała żółta papryka
Cebule obierz i pokrój w ćwiartki w taki sposób, aby podstawa korzenia utrzymywała łódeczki cebuli razem. Pokrój czerwoną paprykę na 3 cm kawałki.

Krok 4

2 łyżki oleju roślinnego - **250 g** różyczek brokuła - **4 łyżki** Sos Teriyaki z tostowanym ziarnem sezamowym Kikkoman
Cebulę i paprykę wrzucić do woka, dodać 2 łyżki oleju roślinnego i smaż na średnim ogniu przez 5 minut. Dodaj brokuły i smaż przez kolejne 5 minut. Polej krótko Sosem do woka Teriyaki z sezamem Kikkoman.

Krok 5

Kiedy będziesz smażyć warzywa, umieść udko kurczaka na drugiej od góry półce piekarnika i piecz do uzyskania złocistego koloru. W zależności od piekarnika, zajmie to od 4 do 6 minut. Zerkaj do środka co jakiś czas - kiedy panierka zacznie się rumienić, może się szybko przypalić! Podawaj kurczaka z warzywami.