



Окорочка, приготовленные в соусе из апельсинового сока, сухого вина и меда.

Ингредиенты:

- куриные окорочка - 4 шт.
- сок из 2-х апельсинов
- сухое белое вино - 0,5 ст.
- мед - 3-4 ст.л.
- чеснок - 2-3 зубчика
- куркума - 1 ч.л.
- растительное масло
- соль, перец - по вкусу

Приготовление:

Соединить вместе: мед, растопленный на водяной бане, сухое вино и апельсиновый сок. Добавить соль, перец, куркуму и измельченный чеснок.



Окорочка залить полученным маринадом, накрыть пищевой пленкой и отправить в холодильник на 30-40 минут.



Форму для запекания хорошо смазать растительным маслом. Окорочка выложить в форму, залить маринадом



и запекать в духовке 40-60 минут (в зависимости от жесткости мяса), периодически поливая маринадом.

Окорочка в апельсиновом соусе сочетаются практически с любым гарниром.

Приятного аппетита!

{loadposition Podelitjsa}{loadposition pohogie-vtoryie}{loadposition new}