

Kurczak w pomarańczach

Kurczak w nowej odsłonie

 Czas na High: -

 Czas na Low: 3

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- - filet z kurczaka 4szt,
- - pomarańcz 2szt filety,
- - cynamon 1 laska,
- - ziarna kawy 2 łyżki,
- - rozmaryn 2 gałązki,
- - miód 2 łyżki,
- - masło 2 łyżki,
- - sól ½ łyżeczki,
- - pieprz czerwony 1 łyżeczka.
-



Wykonanie:

Umyte filety z kurczaka posmaruj masłem i miodem, następnie posyp kawą, solą oraz pieprzem. Tak przygotowane mięso ułóż w misie Crock-Pot na rozmarynie i przypalonej lasce cynamonu. Do całości dodaj wyfiletowane pomarańcze. Ustaw program Low i gotuj 3h. Danie idealnie komponuje się z liśćmi sałat.