



Sposób przygotowania

Sypki ryż wysypać na dno naczynia żaroodpornego zalać mlekiem i wymieszać. Dodać pokrojone cukinię i paprykę. Udka umyć, w kilku miejscach dźgnąć nożem aby przyprawy dokładnie dotarły do mięsa. Dodać przyprawy i zapiekać godzinę przez 180°. Smacznego!

Ćwiartki z kurczaka z mlekiem kokosowym



Składniki

- 3 duże ćwiartki z kurczaka z Delikatesy Centrum
- 200 g białego ryżu
- 400 ml mleka kokosowego
- 1/2 czerwonej papryki
- 1/2 cukinii zielonej
- 1/2 cukinii żółtej
- 1 łyżka czosnku w płatkach
- 1 łyżeczka suszonych pomidorów
- pół łyżeczki bazylii
- przyprawa kebab/gyros
- sól