Kuřecí stehna nadívaná pikantní krémovou nádivkou z tradičního pomazánkového – bez lepku a laktózy

1-1,5 hodiny náročnost ●●●●

Neváhejte a připravte si lehký oběd.

Ingredience

- 2 kuřecí stehna
- 1 tradiční pomazánkové bez laktózy
- hrst nasekaných bylinek (petržel, kopr, tymián)
- 2 velká rajčata
- 2 větší stroužky česneku
- 2 polévkové lžíce oleje
- voda a sůl dle chuti

Návod na přípravu:

Nakrájejte rajčata (na řezu můžete potřít kapkou javorového sirupu) na poloviny a vložte do olejem vymazaného pekáčku a přidejte tymián. Dále si prolisujte česnek.

Nádivku připravíme tak, že smícháme tradiční pomazánkové s bylinkami a polovinou prolisovaného česneku, dochutíme dle chuti bylinkami.

Kuřecí stehna omyjte, osušte a osolte. Kůži stehen uvolněte prsty a ze všech stran se snažte pod kůži vtlačit nádivku. Povrch stehýnek potřete zbytkem oleje a prolisovaným česnekem. Vložte do pekáčku k rajčatům a bylinkám a podlijte trochou vody.

Pečte v předem vyhřáté troubě na 200 °C cca 30-40 minut, případně na posledních pět minut zapněte gril, aby se vytvořila křupavá kůrka. Podlévejte dle potřeby. Servírujte s rýží či bramborem.

Tento a další zajímavé recepty si pro vás připravila Radka Vrzalová, autorka celé řady receptů bez lepku a laktózy, které můžete najít v jejích kuchařkách.