

Kuřecí řízek v nivě

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 40 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Kuřecí stehenní řízky naklepeme, ale nesolíme, Niva obsažená v těstíčku je slaná dost. V misce rozšleháme vajíčko, přidáme nastrohanou Nivu, 2 lžíce jogurtu, utřený česnek a přidáme chilli koření nebo pokrájenou chilli papričku. Do této marinády vložíme naklepané řízky. Troubu rozejdeme na maximum. Do pekáčku vložíme pečicí papír a na něj naskládáme řízky. Pokud jsou na povrchu masa holá místa, navrstvíme ještě marinádu. Malinko si jí však ještě ponecháme. Pečeme asi 15 minut. Pak pekáček vyjmeme - marináda na povrchu by měla být slabě růžová a řízky velmi opatrně obráčkem obrátíme. Protože řízky neobsahují žádnou mouku, spodní strana může být holá a tak na maso naložíme zbytek marinády a vložíme znovu do trouby. Zapneme horký vzduch a pečeme ještě tak 10 minut.

Ingredience

- Česnek - 2 g
- Paprika červená chilli - 2 g
- Kuřecí maso - 300 g
- Jihočeský jogurt bílý min. 25% 200 g - 20 g
- Jihočeská Niva 50 % 110 g - 50 g
- Vejce - 50 g

