# ANIA STARMACH

# Kurczak z grilla z warzywami

## Co kupić?

**Kurczak**

**4** piersi z kurczaka

**Marynata**

**1** łyżka mielonej wędzonej papryki

**1** łyżeczka słodkiej papryki

**2** łyżki ostrej musztardy

**2** łyżki miodu

**2** łyżki oliwy z oliwek

**2** łyżeczki sosu sojowego

**3** łyżki keczupu

duża szczypta soli

duża szczypta pieprzu

**Warzywa**

**6** ugotowanych ziemniaków w mundurkach

**3** papryki (różnokolorowe)

**2** bakłażany

**2** cukinie

**2** gałązki rozmarynu

**3** ząbki czosnku

**4** łyżki oliwy z oliwek

sól, pieprz

Przepis pochodzi ze strony
**www.aniastarmach.pl**

## Jak przygotować?

1. Składniki marynaty wymieszaj w dużej misce, dodaj piersi kurczaka, wymieszaj. Przykryj folią spożywczą.
2. Mięso marynuj minimum godzinę, a najlepiej całą noc.
3. Kurczaka grilluj około 5–7 minut z każdej strony.
4. Bakłażany i cukinie pokrój w podłużne paski. Od papryki oddziel gniazda nasienne i pokrój w grube plastry. Ziemniaki także pokrój w grube plastry.
5. Warzywa wymieszaj z oliwą, grubo pokrojonym czosnkiem i rozmarynem. Dodaj sól i pieprz.
6. Warzywa kładź na grillu na 2–3 minuty, od czasu do czasu przewracaj tak, aby przypiekły się z każdej strony.
7. Gotowego kurczaka podawaj z warzywami.