

Grillowany kurczak w marynacie jogurtowej z cytryną

Grillowany kurczak w marynacie jogurtowej z cytryną

Soczyste kawałki kurczaka zanurzone w aromatycznej marynacie jogurtowo-cytrynowej to przepis na doskonały posiłek, który zachwyci każdego. Delikatne mięso nabiera wyjątkowego smaku dzięki połączeniu kremowego jogurtu z orzeźwiającą cytryną i rozpuszczoną kostką rosołową Knorr. Marynata nie tylko nadaje mięsu niepowtarzalny aromat, ale również sprawia, że jest ono soczyste i miękkie po ugrillowaniu.

Dla kogo?

Grillowany kurczak w marynacie jogurtowej to propozycja dla całej rodziny. Delikatny smak przypadnie do gustu zarówno dorosłym, jak i dzieciom. To także świetna opcja dla osób dbających o linię – jogurt naturalny jest zdrowszą alternatywą dla ciężkich, tłustych marynat, a mimo to zapewnia mięsu soczystość i intensywny smak.

Na jaką okazję?

Danie sprawdzi się doskonale podczas letniego grillowania w ogrodzie, ale także jako codzienny obiad czy kolacja. To również świetna propozycja na spotkanie z przyjaciółmi czy rodzinny obiad w weekend. Możesz przygotować kurczaka wcześniej, marynując go nawet przez noc, co uczyni go jeszcze bardziej aromatycznym.

Czy wiesz, że?

Marynata jogurtowa to tradycyjny sposób przygotowywania mięsa w kuchni bliskowschodniej. Enzymy zawarte w jogurcie naturalnie zmiękczają mięso, dzięki czemu staje się ono wyjątkowo delikatne. Dodatek cytryny nie tylko wzbogaca smak, ale również pomaga w procesie marynowania.

Dla urozmaicenia

Podawaj kurczaka z różnorodnymi dodatkami – od klasycznych surówek, przez pieczone warzywa śródziemnomorskie, po świeże pieczywo. Możesz też przygotować lekki [sos](#) na bazie jogurtu z dodatkiem świeżych ziół, który doskonale uzupełni smak grillowanego mięsa.