

[www.detkityumen.ru](http://www.detkityumen.ru)

## СУПЕР СОЧНЫЕ БЕДРЫШКИ.



Где готовим?

Духовка

Ингредиенты:

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

Куриные окорочка 6 шт.

Соус 500 гр.

Лук 1 шт.

Маслины 50 гр.

Тимьян 1 ч/л.

Лавровый лист 2 шт.

Соль по вкусу.

**ИНГРЕДИЕНТЫ для соуса:**

Помидоры 3 шт.

Растительное масло 3 ст./л.

Лук 1 шт.

Чеснок 3 шт.

Орегано 0,5 ч/л.

Красный острый молотый перец по вкусу.

Соль по вкусу.

Паприка копченая 2 ч/л.

Бasilik 0,5 ч/л.

Томатная паста 1 ст./л.

Приготовление:

Друзья, скажу вам так, запеченные куриные бедра - это вкусное и очень простое основное блюдо. Они имеют поджаристую кожицу и сочное мясо! Идеально для подачи вместе с картофельным пюре или спагетти. Большинство людей предпочитают сочное мясо бедрышек, потому что они полны вкуса, но не все знают, как запекать их в духовке. А для того, чтобы они получились такие аппетитные, поможет заранее приготовленный соус, который будет служить в качестве маринада. Куриные бедра отдадут натуральные соки, которые смешаются с соусом во время приготовления. В результате вы получите обалденно вкусное и аппетитное блюдо. ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ МОЖЕТЕ УВИДЕТЬ ПЕРЕИДЯ ПО [Ссылка](#)

06.03.2020

[alexa1982](#)

Адрес на сайте «Детки!» [www.detkityumen.ru/recipe/658/](http://www.detkityumen.ru/recipe/658/)