

Warszawska Kolej Dojazdowa

<https://smakpolskiegodrobieu.pl/wyniki-konkursu/chrupiace-udko-z-kurczaka-w-sosie-z-czerwonego-wina-puree-z-marchewki-kasza-bulgur-z-zielonymi-warzy>

**Chrupiące udko z kurczaka w sosie z czerwonego wina,
puree z marchewki, kasza bulgur z zielonymi
warzywami**

WYRÓŻNIENIE



Składniki:

- Udko z kurczaka - 1 szt.
- Sól, pieprz, papryka słodka wędzona, rozmaryn, czosnek granulowany
- Olej - 50 ml
- Czerwone wino 50 ml
- Mąka pszenna - 1 łyżeczka
- Kasza bulgur - 50g
- Groszek zielony - 50g
- Brokuł- kilka różyczek

- Marchew – 1 szt.
- Masło – 50g
- Cukier -1 łyżeczka

Sposób wykonania:

Udka z kurczaka zamarynować w soli, pieprzu, wędzonej słodkiej papryce, rozmarynie i czosnku granulowanym. Dodać odrobinę oleju aby dokładnie rozprowadzić przyprawę. Odstawić w chłodne miejsce na około 6 godzin. Piec w temperaturze 170°C przez około 60 minut. Wytopiony sok z kurczaka przelać do rondla i dodać czerwone wino i zagotować. Zagęścić zasmażką z mąki pszennej i masła. Kaszę bulgur ugotować w lekko osolonej wodzie i podsmażyć na maśle z zielonym groszkiem i zblanszowanym brokułem. Marchew ugotować w wodzie z solą, cukrem i masłem. Następnie odlać nadmiar wody i zmiksować na gładkie puree.