

Pečené kuracie stehná so zeleninou

Nakrájame si ľubovoľne zvolenú zeleninu podľa chuti (mrkvu, cibuľu, papriku, paradajky, cesnak..), pridáme kuracie stehná a všetko dáme do zapekacej misy. Osolíme, okoreníme podľa chuti (napr. čierne korenie, bazalka, sladká paprika, chilli...), polejeme olivovým olejom a celé premiešame. Dáme piecť na 30 minút pri 200 stupňoch. Podávame samostante so zeleninou, prípadne s celozrnným pečivom alebo s prílohou podľa chuti (basmati ryža, quinoa, zemiaková kaša...).

