



reteta-video.ro

Pulpe de pui cu mustar la cuptor

Cu o crusta bine rumenita, fragede in interior, **pulpele de pui la cuptor cu mustar** sunt o reteta inedita cu un ingredient secret - mustarul! Se prepara rapid, iar aromele din bucatarie aduna toata familia in jurul mesei.

INGREDIENTE

PULPE DE PUI CU MUSTAR LA CUPTOR

5-6 pulpe de pui spalate si sterse
500 ml de lapte dulce
5-6 catei de usturoi curatati si spalati
3-4 linguri de mustar
2 linguri de ulei de masline
sare
o jumatate de lingurita de boia dulce
o jumatate de lingurita de boia iute
o jumatate de lingurita de zahar
piper proaspat macinat

MOD DE PREPARARE

PULPE DE PUI CU MUSTAR LA CUPTOR

- PASUL 1**
Zdrobim usturoiul intr-un bol in care vom pregati marinata pentru pui.
- PASUL 2**
Peste usturoi punem laptele si sare si amestecam.
- PASUL 3**
Punem pulpele de pui in amestecul de lapte si usturoi si le lasam in frigider acoperite timp de minim o ora.
- PASUL 4**
Dupa o jumatate de ora incalzim cuptorul.
- PASUL 5**
Punem mustarul intr-un bol. Adaugam uleiul, zaharul, boia dulce, boia iute, piper macinat si amestecam bine toate aceste ingredientele pana cand obtinem o pasta.
- PASUL 6**
Pregatim un vas termorezistent.
- PASUL 7**
Scoatem pulpele de pui din marinata (in care au stat minim o ora) si le stergem cu un prosop absorbant.
- PASUL 8**
Trecem pulpele de pui prin amestecul de mustar pe toate partile si le asezam in vasul pregatit pentru cuptor.
- PASUL 9**
Introducem vasul in cuptorul incalzit.
- PASUL 10**
Cand pulpele sunt rumenite, scoatem vasul din cuptor.
- PASUL 11**
Intoarcem pulpele de pui si pe cealalta parte si punem tava din nou in cuptor.
- PASUL 12**
Cand carnea de pui este rumenita pe toate partile, scoatem tava din cuptor.
- PASUL 13**
Servim pulpele de pui in crusta de mustar calde, cu garnitura de legume.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru
Pulpe de Pui cu Mustar la Cuptor.**

POFTA BUNA!