



## Sočna kriľca

### Sastojci

- 200 g senf
- 30 g med
- 40 g češnjak
- 50 ml maslinovo ulje
- 2 g crvena ljuta papričica
- 300 ml pivo
- 400 g pileća kriľca

### Upute

1. Pomiješajte senf, češnjak, sol, ulje, med i papriku u ujednačenu smjesu.
2. Dodajte pivo i nastavite s miješanjem dok se sve ne ujednači.
3. Potopite kriľca u marinadu i ostavite u hladnjaku oko 90 minuta.
4. Poredajte kriľca u posudu za pečenje i prelijte marinadom.
5. Pecite oko 30 minuta na 200 stupnjeva.

150 Min

4 porcije

|                |             |
|----------------|-------------|
| Ugljikohidrati | 15.11 g     |
| energija       | 401.65 kcal |
| Masti          | 27.07 g     |
| Proteini       | 20.4 g      |