

Frango marinado em whisky fumado

Tempo total **180 Mins.** 15 Mins. Tempo de preparação **45 Mins.** Tempo de confeção **120 Mins.** Tempo de marinada

Informação nutricional (por porção)
2.692 kJ / 644 kcal

Gorduras totais: **41 g** Proteína: **42 g**
Hidratos de carbono: **28 g**

INGREDIENTES

2 Porções

3 dentes de alho
3 colheres de sopa de mostarda de mesa
4 colheres de sopa Kikkoman Molho Teriyaki BBQ com Mel
0,5 colheres de sopa de mel (ou açúcar mascavado)
4 colheres de sopa de whisky
1 pitada de pimenta
400 g de pernas de frango
Para decoração (opcional):
1 raminho de alecrim
1 limão
1 cabeça de alho

PREPARAÇÃO

Passo 1

3 dentes de alho - **3 colheres de sopa** de mostarda de mesa - **4 colheres de sopa** Kikkoman Molho Teriyaki BBQ com Mel - **0,5 colheres de sopa** de mel (ou açúcar mascavado) - **4 colheres de sopa** de whisky - **1 pitada** de pimenta
Esprema o alho e adicione a mostarda de mesa, o molho de churrasco Kikkoman Teriyaki com mel, o mel (ou açúcar mascavado), o whisky e a pimenta. Misture bem os ingredientes.

Passo 2

400 g de pernas de frango
Cubra bem as pernas de frango com a marinada preparada e leve ao frigorífico durante pelo menos 2 horas.

Passo 3

1 raminho de alecrim - **1** limão - **1** cabeça de alho
Asse o frango no forno (35 - 45 minutos a 180 °C) ou grelhe (cerca de 30 minutos numa grelha pré-aquecida).

Pode aperfeiçoar o prato, decorando-o com um ramo de alecrim, rodela de limão grelhado e metades de alho assado.