

Шашлык из куриных сердечек

Категория: **Вторые блюда**

Автор: Kosshechka

Если у вас нет времени на готовку и порадовать близких хочется, то хороший вариант приготовить шашлык из куриных сердечек.

Сердечки запекаются всего 20 минут в духовке, а получаются очень вкусными и ароматным. А подача блюда на шпажках наверняка понравится вашим детям и внесёт разнообразия в ежедневный рацион.

Пошаговый рецепт приготовления шашлыка из куриных сердечек с фотографиями

Нам понадобятся .

- Пол кило куриных сердечек
- 1 луковица
- уксус
- растительное масло
- соль, перец





Куриные сердечки разморозьте при комнатной температуре и хорошо промойте в холодной воде .

Сердечки переложите в глубокую мисочку , посолите и поперчите по своему вкусу . Добавьте лук нарезанный кольцами и уксус . Количество уксус зависит от объема вашей миски , надо чтобы он покрывал все сердечки , но при этом его было не слишком много .



Хорошенько всё перемешайте , накройте пищевой плёнкой и уберите в холодильник .

Мариноваться сердечки должны 2-4 часа .

Маринованные сердечки нужно на низать на деревянные шпажки и уложить в форму для выпечки смазанную растительным маслом .

Если вы планируете давать сердечки маленьким детям , то советую отломить острые кончики у шпажек . Тогда дети не поранятся во время еды.

Чтобы сердечки поджарились и не высохли , смажьте их сверху растительным маслом .



Выпекайте куриные сердечки в предварительно разогретой духовке при 180 градусах Цельсия . С одной стороны сердечки получаются поджаристыми и румяными . А с другой стороны готовятся в собственном соку, который стёк в поддон.



Через 20 минут сердечки будут готовы . Доставайте их из духовки и подавайте на стол !. Они прекрасно сочетаются с любым гарниром и не требуют дополнительных приправ.

Кушайте с удовольствием !



www.mamin-sekret.ru