



Состав:

2 куриных филе (4 грудки)

черный молотый перец

соль

Маринад:

4 ст.л. сладкого томатного кетчупа

Дополнительно потребуются:

деревянные шпажки для шашлыка

Рецепт шашлыка из курицы в маринаде из сладкого кетчупа:

Куриные грудки промыть, немного обсушить и нарезать небольшими кусочками (с длиной стороны примерно 2-3 см) - «на один укус». Кусочки курицы поместить в мисочку,

немного посолить, поперчить и замариновать в сладком кетчупе* на 40-60 минут.

Деревянные шпажки замочить в воде на 25-30 минут, чтобы не пригорели во время жарки шашлыка и чтобы кусочки курицы в последующем легко снимались.

Маринованные кусочки курицы надеть на шпажки и обжарить на сковороде в растительном масле с двух сторон по 3-4 минуты на каждую сторону.

* Для приготовления шашлыка из курицы не следует использовать острый кетчуп в качестве маринада, т.к. шашлык получится чересчур острым.

Приятного аппетита!