

Маринад «Сыр и кефир» для курицы и индейки

Вам понадобится

На~1 кг

Кефир 2,5%	200 мл
Твердый сыр	50 г
Соль	6 г
Итальянские травы (орегано, базилик, тимьян)	3 г
Черный перец	по вкусу

Приготовление

- 1** **Маринад:** смешать кефир, сыр, соль, травы и перец. Погрузить кусочки мяса (или целую грудку) в маринад.
- 2** **Вакуумирование:** мясо в маринаде поместить в вакуумный пакет, установить его в вакуумный упаковщик, действуя согласно руководству по эксплуатации. Выбрать режим ВЛАЖНЫЙ.
- 3** Мариновать в холодильнике 2-3 часа.
- 4** **Запекание:** выложить мясо на противень и готовить в духовке при 180 °C в течение 30-40 минут.
- 5** За 5 минут до готовности можно слегка посыпать еще сыром для румяной корочки.