

Куриные ножки с грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **121.67 ккал.**
Белки: **13.07 г.**
Жиры: **7.44 г.**
Углеводы: **0.81 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kurinye-nozhki-s-gribami/>

Ингредиенты:

- куриные ножки 500 г
- грибы шампиньоны 150–200 г
- сок лимона 1–2 ст. ложки
- базилик сушеный – 1 ч. л
- лимонный перец – 0.3 ч. л
- мята сушеная – 1 ч. л
- соль

Приготовление:

Приготовить соус, для этого смешать лимонный сок со специями и перемешать.
Грибы вымыть и нарезать небольшими кусочками.
Уложить куриные ножки в огнеупорную форму и посыпать их солью.
Сверху полить их получившимся соусом. Использовать не весь соус – оставить третью часть.
Распределить по поверхности нарезанные грибы и полить их оставшимся соусом.
Долить в форму со всем содержимым воды примерно до половины и поставить в духовку на 40 минут, готовить при температуре 200С.