

Frigarui delicate

Frigarui delicate

Ingrediente :

2 bucati piept de pui fara piele, 1-2 zucchini mici, 250 g rosii cherry, 2 cepe mari, 4 cirnaciori mici, subtiri, special pentru gril, frigarui de lemn

Preparare :

Se taie cirnaciorii si pieptul de pui bucati. Se sareaza si se pipereaza dupa gust. Se spala si se usuca zucchini si se taie rondele. Se spala rosiile. Se taie ceapa in 8 bucati fiecare. Se fac frigarui, alternind ingredientele. Se prajesc pe gril cam 10 minute, intorcind pe toate partile. Se servesc cu o salata de sezon si cu ketchup, dupa preferinta.