

# Viskissä marinoidut kanankoivet

kokonaisaika **180 min** 15 min esivalmistelut **45 min** valmistus **120 min** marinointi

Ravintosisältö (per annos):  
**2692 kJ / 644 kcal**

Rasva: **41 g** Proteiini: **42 g**  
Hiilihydraatit: **28 g**

## AINEKSET

2 annosta

**3** valkosipulinkynttä  
**3 rkl** sinappia  
**4 rkl** Kikkoman Hunajalla maustettu Teriyaki BBQ-kastike  
**0,5 rkl** hunajaa (tai fariinisokeria)  
**4 rkl** viskiä  
**1 hyppyselli** pippuria  
**nen**  
**400 g** kanankoipia  
**Koristeluun (valinnainen):**  
**1** rosmariinin oksa  
**1** sitruuna  
**1** kokonainen valkosipuli

## VALMISTUS

**Vaihe 1**

**3** valkosipulinkynttä - **3 rkl** sinappia - **4 rkl** Kikkoman Hunajalla maustettu Teriyaki BBQ-kastike - **0,5 rkl** hunajaa (tai fariinisokeria) - **4 rkl** viskiä - **1 hyppysellinen** pippuria  
Purista valkosipulinkyntset kulhoon ja lisää sinappi, Kikkoman Teriyaki BBQ-kastike Hunajalla, hunaja (tai fariinisokeri), viski ja pippuri. Sekoita ainekset hyvin.

**Vaihe 2**

**400 g** kanankoipia  
Peitä kanankoivet marinadilla ja anna marinoitua jääkaapissa vähintään kaksi tuntia.

**Vaihe 3**

**1** rosmariinin oksa - **1** sitruuna - **1** kokonainen valkosipuli  
Kypsennä kanankoivet joko uunissa (35–45 minuuttia 180 asteessa) tai grillaamalla (n. 30 minuuttia esilämmitetyllä parilalla).

Voit koristella annoksen rosmariinin oksalla, grillatuilla sitruunalohkoilla ja paahdetuilla valkosipulinpuolikkailla.