



Piščančje tortilje z zelenjavo

Chef Bojanka Drnovšek

Vrsta jedi: prigrizek

Čas priprave: do 45 minut

Količina 1

Zahtevnost: srednje lahek

NAVODILA ZA PRIPRAVO

Piščančja prsa speremo z vodo in jih narežemo na drobne koščke. Stresemo v posodo, dodamo olje, sol in začimbe in nekaj časa mariniramo. Meso pečemo v voku, toliko časa, da se zlatorjavo zapeče. Korenje in fižol nasekljamo na drobne koščke in v osoljeni vodi kuhamo skupaj z grahamom.

Šalotki nasekljamo in prepražimo, da porumeni, dodamo na drobno narezan por in obe papriki ter še malo prepražimo. Graham, korenje in fižol precedimo in stresemo med šalotki in ostali zelenjavi.

Pražimo 3 minute nato dodamo moko, vegeto, paradižnikovo mezgo, zalijemo in kuhamo 10 minut.

Tortiljo pogrejemo v ponvi, namažemo s kislom smetano, napolnimo s piščančjim mesom in zelenjavo, zavijemo in DOBER TEK

NASLOV SKUPINE SESTAVIN (NPR. TESTO, KREMA, ...)

- 1/2 čajna žlica moke
- 2 skodelica graha
- 1 pest stročjega fižola
- 2 čajna žlica kisle smetane
- * nasekljan peteršilj
- * poper
- 1 jedilna žlica paradižnikove mezge
- 2 šalotki
- ** pšenične tortilje
- 2 velika korenja
- * sol in vegeta
- 1/4 rdeče paprike
- 1 jedilna žlica olja za vok
- 1 manjša piščančja prsa
- 1/4 rumene paprike
- 3 koleščki pora
- * curry in kurkuma
- 1 jedilna žlica začimb za tortilje