

Kuracie prsička na pečenej zelenine s bryndzovou omáčkou

ČO BUDETE POTREBOVAŤ?

2 kuracie prsia supreme
(s kožou a krídelkami)

1 malý baklažán

1/2 žltej papriky

8 cherry paradajok

8 čiernych olív

1/3 červenej cibule

1/2 cesnaku

1,5 dl kuracieho vývaru
(alebo bieleho vína či vody)

50 g bryndze

50 ml šľahačky 33% tuku

pár kvapiek citrónovej šťavy

pár lístkov rukoly

štipka pražených slnečnicových semiačok

soľ

čierne korenie

olivový olej

AKO NA TO?

1. Nakrájajte 2 kuracie prsia.
2. Baklažán rozpoľte pozdĺžne.
3. Horizontálne odkrojíte stopku cesnaku, aby boli vidieť aj ukrojené strúčiky a zabalte dolobalu s trochou oleja a soli.
4. Odkrojíte z papriky 2 väčšie kúsky a položte šupkou dolu na vymastený pekáč ku baklažánu a zabalenému cesnaku.
5. Pečte v predhriatej rúre 20 minút na 190°C.
6. Rozpoľte cherry paradajky.
7. Cibulú nakrájajte na prúžky.
8. Sľmte teplotu v rúre na 120°C a pridajte všetko k predpečenej zelenine na pekáč.
9. Osolte a okoreňte kuracie mäso, ktoré doteraz odpočívalo v izbovej teplote.
10. Na troche oleja opečte mäso najskôr kožou dole a potom dozlata z druhej strany (z každej strany asi 4-5 minút na strednom plameni)
11. Pridajte kura ku zelenine na pekáči a nechajte dôjsť pri 120°C minimálne 10 minút.
12. Potom rozbalte cesnak, vyberte upečené strúčiky a rozpučte ich.
13. Omáčku pripravte varením vývaru, šľahačky, cesnaku a dochuťte citrónovou šťavou a čiernym korením.
14. Servírujte s rukolou a praženými slnečnicovými semiačkami.

