



JERNEJ KITCHEN

PEČENA RDEČA PESA Z ROZINAMI IN METO

Pečena rdeča pesa z meto in rozinami je hiter, slasten in zdrav recept. Odlična jesenska ali zimska solata oziroma priloga.

ZA	4	OSEBE (PRILOGA) ALI 2 OSEBI (SOLATA)
PRIPRAVA:	10	MINUT
PEČENJE:	30	MINUT
ČAS SKUPAJ:	40	MINUT

PEČENA RDEČA PESA

450 g srednje velike rdeče pese

3 žlice olivnega olja

1 čajna žlička semen kumine

1 čajna žlička narezanega ingverja

1 žlica svežih metinih listkov (za servirati)

1 žlica pinjol (za servirati)

BALZAMIČNI PRELIV

1 žlica tekočega cvetličnega medu

1 čajna žlička limonine lupinice (bio limona)

1 žlica olivnega olja

1 žlica balzamičnega kisa

SULTANE (ZLATE ROZINA)

100 g zlatih rozin (Sultane)

240 ml vode

1 čajna žlička narezanega ingverja

TOOLS AND EQUIPEMENT

pekač

alufolija

papir za peko

rezalna deska

PRIPRAVIMO PEKAČ ZA PEKO

Večji pekač obložimo z dvema plastema alufolije. List papirja za peko zmočimo pod vodo in med rokami zmučkamo (tako bo zavijanje v škrnicelj lažje). List papirja poravnamo in položimo na sredino pekača, čez alufolijo.

PEČENJE PESE

Umijemo in očistimo peso. Razrežemo jo na četrtine in damo na sredino papirja za peko na pekaču. Pokapljamo z olivnim oljem. Dodamo še na manjše rezine narezan ingver ter semena kumine. Začinimo s soljo in poprom. Primemo za rob papirja za peko in alufolije ter zavijemo v škrnicelj. Postavimo v predhodno ogreto pečico na srednjo rešetko. Pečemo 30 - 35 minut pri 220°C.

SOLATNI PRELIV

Pripravimo solatni preliv. V skodelici premešamo tekoč cvetlični med, limonino lupinico, olivno olje in balzamični kis. Po okusu solimo in popramo.

ROZINE

Zlate rozine damo v kozico. Dodamo vodo, narezan ingver in začinimo s soljo in poprom. Postavimo na zmeren ogenj in pustimo, da mešanica zavre. Kuhamo 5 minut, nato odstranimo in postavimo na stran.

PEČENA RDEČA PESA

Pečeno peso vzamemo iz pečice. Previdno odvijemo škrnicelj in rdečo peso (brez ingverja) prestavimo v zamrzovalno vrečko za 5 - 10 minut. Na ta način se bo pesa lažje olupila, saj se bo zunanost zmečala. Nadanemo si rokavice in z manjšim nožem olupimo peso. Prestavimo v skledo, kjer pečeno peso

kuhinjski nož
manjša skleda
kozica
zamrzovalne vrečke

premešamo z balzamičnim solatnim prelivom in odcejanimi (brez ingverja in vode) rozinami. Dobro premešamo. Solato serviramo v najljubši solatni skledi ali na krožniku. Pokapljamo z olivnim oljem in posujemo s svežo meto ter pinjolami. Postrežemo takoj.