



## JERNEJ KITCHEN

# HRUSTLJAVE RAČJE PRSI

*Hrustljave račje prsi so pripravljene v samo eni ponvi. Sočne prsi s hrustljivo zapečeno kožo in slastno omako. Preprost recept!*

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	30	MINUT
KUHANJE:	15	MINUT
ČAS SKUPAJ:	45	MINUT

### MARINADA

2 stroka česna

2 žlici pomarančnega soka, sveže iztisnjena

1 žlica ingverja, olupljenega in narezanega

2 žlici "light" sojine omake

1 čajna žlička pimenta v prahu

1 žlica riževega kisa ali belega vinskega kisa

1/2 žličke klinčkov v prahu

1/4 čilija

1 žlica rastlinskega olja

### RAČJE PRSI

2 večji račji prsi (2x 350g) ALI 4 manjše račje prsi (4x 200g)

3 žlice pomarančnega soka, sveže iztisnjena (za omako)

1 žlica medu (za omako)

### TOOLS AND EQUIPEMENT

skleda

blender ali palični mešalnik

vrečka za zamrzovanje

cedilo

Oglas

### MARINADA

V skledo ali blender damo vse sestavine za marinado: strta stroka česna, sveže iztisnjen pomarančni sok, olupljen in narezan ingver, sojino omako, piment, kis, klinčke, čili in rastlinsko olje. Vse sestavine premešamo v blenderju ali s paličnim mešalnikom.

### MARINIRAMO RAČJE PRSI

Račje prsi damo v vrečko za zamrzovanje in jih prelijemo z marinado. Vrečko zapremo in postavimo v hladilnik za 20 minut, oziroma do dva dni, da se prsa marinirajo.

### NASVET

[Marinada bo pripomogla k temu, da se znebimo močnega okusa po divjadi, ki ga raca rada ima. Dlje kot mariniramo račje prsi, manj tistega specifičnega okusa bodo imela.](#)

### RAČJE PRSI ZAREŽEMO IN SPEČEMO

Račje prsi vzamemo iz marinade. Marinado precedimo in prihranimo. Račje prsi dobro osušimo s papirnatimi kuhinjskimi brisačkami. Z ostrim nožem račja prsa zarežemo v vzorcu karo. Naredimo 6 - 8 zarez v kožo (pomembno je, da zarežemo samo kožo, brez mesa) pod kotom v eno smer, nato pa še 6 - 8 zarez v kožo v drugo smer, da se tvori vzorec karo. Na zmeren ogenj pristavimo ponev. Dodamo račje prsi (pazimo, da imajo dovolj prostora, v kolikor je potrebno ne pečemo vseh naenkrat). V ponev damo račje prsi s kožo navzdol. Dodajanje maščobe ni potrebno, saj imajo račje prsi veliko lastne maščobe, ki se bo sprostila in raztopila. Račje prsi pečemo glede na velikost. Manjše prsi pečemo 6 minut s kožo navzdol, večje pa 8 - 10 minut s kožo navzdol, tako da se maščoba stopi, koža pa je hrustljivo zapečena. S kuhinjsko lopatico prsa pritismo ob

papirnate kuhinjske brisačke  
oster nož  
kozica  
ponev (ki lahko gre tudi v  
pečico)

ponev, da je koža popolnoma v stiku s ponvijo.

## NASVET

V kolikor se iz račjih prsi stopi za več kot 1 cm maščobe, jo odlijemo in prihranimo za kdaj drugič.

## PEČENJE RAČJIH PRSI

Ko so manjše račje prsi zapečene, jih obrnemo ter nadaljujemo s pečenjem še 2 - 3 minute za medium rare ALI 4 minute za medium ALI 8 - 10 minut za skozi pečene prsi "well done". Prestavimo na krožnik, kjer naj počivajo 10 minut - prsi se bodo še kuhale med počivanjem. V kolikor pa pripravljamo večje račje prsi pa je proces nekoliko drugačen. Ognjevarno ponev (takšno, ki je primerna za v pečico), prestavimo v predhodno ogreto pečico na 200 °C. Nadaljujemo s pečenjem s kožo navzdol še 2 minuti, nato prsi obrnemo in jih v pečici pečemo še 3 - 4 minute za medium rare ALI ali 6 minut za medium ALI 8 - 10 minut za skozi pečene prsi "well done". Prestavimo na krožnik, kjer naj počivajo 10 minut - prsi se bodo še kuhale med počivanjem.

## OMAKA

Prihranjeno in precejeno marinado damo v kozico. Dodamo sveže iztisnjen pomarančni sok in med. Prstavimo na močan ogenj in počakamo, da mešanica zavre, nato ogenj zmanjšamo in nadaljujemo s kuhanjem tako dolgo, da se približno tretjina omake reducira, približno 5 minut.

## POSTREŽEMO

Z ostrim nožem pod kotom z enim gibom odrežemo račje prsi na rezine. Postrežemo jih s tradicionalnimi [mlinci](#) ali [pire krompirjem](#). Čez prsi prelijemo pomarančno omako in hitro postrežemo, dober tek.