



JERNEJ KITCHEN

NATRGANO PIŠČANČJE MESO

Natrgano piščančje meso je hitro pripravljeno v ekonom loncu. Recept za sočno in mehko piščančje meso za tortilje, burgerje, zavitke, pa tudi za omake.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	5	MINUT
KUHANJE:	30	MINUT
ČAS SKUPAJ:	35	MINUT

NATRGANO PIŠČANČJE MESO

2 x 300g piščančje prsi, brez kosti in kože

1 strok česna

1/2 žličke paprike v prahu

1/4 žličke popra

1/2 žličke morske soli

500 ml piščančje jušne osnove

200 g vloženih paradižnikov v paradižnikovem soku

1 vejica timijana

1 lovorov list

TOOLS AND EQUIPEMENT

skleda

[Instant Pot](#)

ekonom lonec (poljubno)

kozica

palični mešalnik

ZAČINIMO MESO

V skledo damo piščančja prsa, dodamo strt strok česna in začinimo s papriko v prahu, poprom in soljo. Začimbe vtremo v meso.

PIŠČANČJE MESO SKUHAMO

Meso prestavimo v Instant Pot ali ekonom lonec. Dodamo piščančjo jušno osnovo, vložene paradižnike v paradižnikovem soku, timijan in lovorov list. Instant pot nastavimo na polni pritisk. Kuhamo 10 minut, nato pa pustimo pod pritiskom še 10 minut, nato pritisk spustimo. V kolikor pripravljamo meso v ekonom loncu, dodamo vse sestavine v ekonom lonec, ga tesno zapremo in pristavimo na zmeren ogenj. Ko doseže ekonom lonec poln pritisk, kuhamo pod pritiskom 10 minut, nato ogenj ugasnemo in pustimo pod pritiskom še 10 minut, nato previdno izpustimo pritisk.

PRIPRAVIMO OMAKO IN POSTREŽEMO

Piščančje meso prestavimo v skledo, omako pa vlijemo v kozico. Odstranimo lovorov list in timijan. Pristavimo na močan ogenj, pustimo, da omaka zavre in pri vretju kuhamo 10 minut, da se omaka zreducira za polovico. Omako s paličnim mešalnikom dobro spasiramo. Z vilicama natrgamo meso in prelijemo z omako, premešamo in postrežemo v sendviču, v zavitkih, omakah.