



JERNEJ KITCHEN

PIŠČANČJI RAŽNJIČI IZ PONVE

Piščančji ražnjiči iz ponve so slastno zapečeni, s sočnim mesom, ki se kar topi v ustih. Gre za hiter in preprost recept za vso družino, vse dni v letu.

ZA	4	RAŽNJIČE (OSEBE)
PRIPRAVA:	10	MINUT
MARINIRANJE:	15	MINUT
PEČENJE:	15	MINUT
ČAS SKUPAJ:	40	MINUT

PIŠČANČJI RAŽNJIČI IZ PONVE

650 g piščančjih prsi, brez kosti in kože

60 g grškega jogurta

1 žlica olivnega olja

1 sesekljan strok česna

1 žlica BAM Spices mešanica grški bogovi

1 čajna žlička limonine lupinice

1 žlica olja, za pokapanje

TOOLS AND EQUIPEMENT

kuhinjski nož

rezalna deska

skleda

štiri lesena ali kovinska nabolada

večja žar ali navadna ponev

MARINIRAMO PIŠČANČJE MESO

Piščančja prsa narežemo na 3 cm kose in damo v skledo. Dodamo jogurt, olivno olje, sesekljan česen, mešanico grški bogovi in limonino lupinico. Začnimo s soljo in poprom. Premešamo, da se sestavine povežejo in postavimo na stran za 15 minut. V kolikor bomo pustili marinirati dlje kot 15 minut, prestavimo mešanico v hladilnik, kjer se lahko marinira tudi čez noč.

NASVET

Uporabimo lahko tudi mešanico paprike v prahu, čebule v prahu, soli, bazilike in rožmarina.

PEČENJE

Pripravimo štiri lesena ali kovinska nabolada. Preverimo, da bo velikost ustrezna za pečenje v veliki ponvi. Meso nabodemo na nabolada. Večjo žar (ali navadno) ponev pristavimo na zmeren, srednji ogenj. Ražnjiče pokapljamo z oljem in jih damo v ponev. Pečemo jih na vsaki strani 3 - 4 minute, oziroma tako dolgo, da je meso znotraj pečeno in zunaj lepo zapečeno, skupaj približno 12 - 16 minut. Med pečenjem ražnjiče obračamo.

POSTREŽEMO

Piščančje ražnjiče postrežemo s [kruhom iz ponve](#) ali z [lepinjami](#), svežo zelenjavo, tzatziki omako, ali pa z drugo izbrano prilogo.