



JERNEJ KITCHEN

PIŠČANČJI ZREZKI V SMETANOVI OMAKI

Piščančji zrezki v smetanovi omaki je hitro kosilo narejeno v 30 minutah. Jed je odlična za celo družino. Postrežemo s krompirjem, testeninami ali rižem.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	10	MINUT
KUHANJE:	20	MINUT
ČAS SKUPAJ:	30	MINUT

PIŠČANČJI ZREZKI V SMETANOVI OMAKI

400 g piščančjih zrezkov

1 žlica masla

1 žlica oljčnega olja

1 šalotka

1 strok česna

1 vejica timijana

1 čajna žlička dijonske gorčice

120 ml belega vina (Sivi Pinot)

300 ml kokošje tekoče jušne osnove
Podravka

250 ml sladke smetane

Peteršilj, za postrežbo

TOOLS AND EQUIPEMENT

rezalna deska

kuhinjski nož

skleda

večja ponev

MESO

Piščančje zrezke damo v skledo in jih začинimo s soljo in poprom. Premešamo, da se začimbe vtrejo v meso.

SPEČEMO MESO

Večjo ponev pristavimo na zmeren ogenj. Dodamo maslo in olivno olje. Ko se maslo stopi, dodamo piščančje zrezke. Te pečemo na vsaki strani 2 minuti, oziroma do zlate zapečenosti. Prestavimo na večji krožnik.

OMAKA

Šalotko olupimo in seseklamo. Damo v isto ponev, kjer so se pekli zrezki. Dodajanje maščobe ni potrebno, saj ta ostane od pečenja mesa. Šalotko pražimo pri šibkem ognju 2 - 3 minute, potem dodamo olupljen strok česna, vejico timijana, dijonsko gorčico in belo vino. Premešamo in pokuhamo, da alkohol izpari, približno 5 minut, oziroma tako dolgo, da tri četrtine tekočine izpari. Dodamo kokošjo jušno osnovo in pri močnem ognju kuhamo 5 minut, da povre približno polovica tekočine. Dodamo sladko smetano, jo dobro vmešamo v omako, odstranimo strok česna in timijan in kuhamo 2 minuti pri rahlem vretju, da se omaka zgosti.

OMAKA

V omako damo pečene zrezke in preostale sokove od pečenja. Kuhamo 3 - 4 minute pri rahlem vretju. Preden postrežemo, posujemo s svežim peteršiljem. Postrežemo s pire krompirjem ali širokimi rezanci.