



## JERNEJ KITCHEN

# PIŠČANČJA STEGNA V ZELENJAVNI OMAKI

*Piščančja stegna v zelenjavni omaki so pripravljena hitro in enostavno. Gre za slastno kosilo med tednom ali čez vikend, ki je primerno tudi za praznike.*

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

### PIŠČANČJA STEGNA V ZELENJAVNI OMAKI

8 piščančjih stegen, brez kosti

100 g ostre moke

2 žlici olivnega olja

1 čebula

1 podolgovata rdeča paprika

3 stroki česna

1 pekoči feferon Droga dobrote

80 ml belega vina

400 g sesekljanih paradižnikov iz pločevinke

8 oliv

2 žlici vloženi šampinjonov Droga dobrote (poljubno)

400 ml vode

1 čajna žlička sesekljanega peteršilja

1 čajna žlička sesekljanega rožmarina

### MESO ZAČINIMO

V skledo damo piščančja stegna in jih začinimo s soljo in poprom. Premešamo, da se začimbi vtreta v meso. Moko stresemo na krožnik in meso pomokamo na obeh straneh.

### MESO POPEČEMO

Na zmeren ogenj postavimo ponev z olivnim oljem. Dodamo stegna (po potrebi v dveh korakih) in jih na vsaki strani pečemo 3 - 4 minute, oziroma tako dolgo, da je zunanost zlato zapečena. Meso prestavimo na krožnik in nadaljujemo s kuhanjem v isti ponvi.

### PIŠČANČJA STEGNA V ZELENJAVNI OMAKI

V ponev damo sesekljano čebulo in na rezine narezano papriko. Pražimo 3 - 4 minute, nato dodamo sesekljan česen, feferon, vino, sesekljane paradižnike iz pločevinke, olive, šampinjone in vodo. Dobro premešamo in počakamo, da mešanica zavre, začinimo s soljo, poprom, peteršiljem in rožmarinom. Premešamo in dodamo popečenega piščanca. Pokrijemo s pokrovko in kuhamo 20 - 25 minut, da se piščanec skuha do mehkega in da se omaka lepo zgosti in poveže. Feferon vzamemo iz ponve.

### POSTREŽEMO

Piščančje meso razdelimo med štiri krožnike in postrežemo s poljubno prilogo.

### TOOLS AND EQUIPEMENT Oglas

skleda

ponev s pokrovko