



## JERNEJ KITCHEN

# RAČJA BEDRA Z AJDOVO KAŠO, LEČO IN ZELENJAVO

*Čudovita kombinacija slastnega, mehkega račjega mesa in lahke, polnovredne ajdove kaše z lečo in zelenjavo. Odlična jesenska jed!*

ZA 4 OSEBE  
KUHANJE: 180 MINUT

### RAČJA BEDRA

- 2 žlici soli
- 1 žlica brinovih jagod, zdrobljenih
- 1 čajna žlička črnega popra
- 2 lovorjeva lista
- 4 račje bedra, vsaka približ. 250 g
- 1 kg masti (svinjske, rastlinske, račje)

### AJDOVA KAŠA Z LEČO IN ZELENJAVO

- 100 g zelene leče
- 100 g rumenega korenja, drobno narezanega
- 100 g oranžnega korenja, drobno narezanega
- 50 g gomoljne zelene, drobno narezane
- 1 žlica olivnega olja
- 1 krompir, olupljen in narezan
- 50 ml belega vina
- 1 žlica balzamičnega kisa
- 2 pesti mlade špinače
- 200 g rdečega fižola iz konzerve, odcejanega

### DAN PRED KUHANJEM

V posodi zmešamo sol, poper, brinove jagode in lovor. Račja bedra položimo na pekač in jih prekrijemo s solno mešanico. Pokrijemo z živilsko folijo in postavimo v hladilnik za 12 do 18 ur. Lečo odtehtamo in namočimo v hladno vodo.

### RAČJA BEDRA

Bedra na hitro potopimo v hladno vodo, da se znebimo odvečne soli in jih dobro osušimo. Na srednje močan ogenj postavimo lonec in dodamo mast. Mast segrejemo do 110 °C, dodamo dobro osušena račja bedra, lovorjev list, 2 do 3 brinovi jagodi. Račja bedra morajo biti v celoti potopljena v mast.

### KUHANJE

Temperaturo znižamo in kuhamo nepokrito pod točko vretja. Na tej točki mehurčki ne smejo lomiti površine masti. Kuhamo približno 2-2½ uri, oziroma dokler bedra niso mehka a še vedno sočna. Temperatura med kuhanjem mora biti okoli 85° C. Kuhana račja bedra ohladimo na sobno temperaturo.

### NASVET

[Kuhana račja bedra lahko hranimo v hladilniku od 3-5 dni, vendar morajo biti popolnoma prekrita z mastjo v kateri so se kuhala.](#)

### AJDOVA KAŠA Z LEČO IN ZELENJAVO

Čebulo, korenček in zeleno olupimo ter drobno nasekljamo. Na srednje močan ogenj pristavimo ponev in dodamo žlico olivnega olja. Dodamo korenje, čebulo, zeleno, znižamo ogenj in pražimo 10 minut, da se čebula in korenje lepo zmehčata. Medtem olupimo in narežemo krompir ter odcedimo namočeno lečo.

### AJDOVA KAŠA Z LEČO IN ZELENJAVO

## TOOLS AND EQUIPEMENT

Pekač  
Skleda  
Živilska folija  
Lonec  
Zajemalka  
Kuhinjski nož  
Kuhinjska deska  
ponev s pokrovko

V ponev dodamo ajdovo kašo ter nadaljujemo s praženjem še 2 minuti. Povečamo temperaturo in med mešanjem dodamo krompir in lečo. Dodamo žlico balzamičnega kisa in vino. Vino v celoti pokuhamo, nato dodamo 600 ml vroče vode. Temperaturo znižamo, ponev pokrijemo in med občasnim mešanjem kuhamo 35 minut.

### NASVET

V kolikor imate v hladilniku kakšno dimljeno slanino ali panceto, odrežite kožo in jo dodajte v ponev. Koža bo dala jedi dimljen, mesnat in še bolj poln okus.

### KUHANJE

Na močan ogenj pristavimo ponev in dodamo 2 žlici masti. Ohlajena račja bedra položimo v ponev s kožo navzdol in jih na srednjem ognju pečemo 5 - 7 minut oziroma dokler bedra niso zlato zapečena in koža hrustljava. Bedra med peko vsaki dve minuti polijemo z vročo mastjo iz ponve. Medtem dokončamo ajdovo kašo. Dodamo špinačo in fižol ter začinimo s soljo in črnim poprom. Dobro premešamo, pokrijemo s pokrovom in pustimo 2 minuti.

### POSTREŽEMO

Na dno globokega krožnika damo ajdovo kašo z lečo in zelenjavo, povrhu pa položimo hrustljivo zapečeno račje bedro. Postrežemo lahko tudi s sladkim rdečim zeljem.