



JERNEJ KITCHEN

ENCHILADA S PIŠČANCEM

Enchilada s piščancem je slastna mehiška jed, ki bo hitro postala vaše najljubše kosilo. Bogata okusna in zelo preprosta za pripravo.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	15	MINUT
KUHANJE:	15	MINUT
PEČENJE:	20	MINUT
ČAS SKUPAJ:	50	MINUT

ENCHILADA S PIŠČANCEM

300 g izkoščičenih piščančjih prsi (ali stegen), brez kože

1 žlica olivnega olja

1 paprika

2 stroka česna

1/2 čajne žličke kumine v prahu

1/2 čajne žličke pimenta v prahu

1/2 čajne žličke koriandra

1/4 čajne žličke česna v prahu

1/4 čajne žličke kajanskega popra v prahu

230 g paradižnikove salse

300 g sesekljanih paradižnikov, iz pločevinke

1 žlica vložene jalapeño paprike

60 g vložene sladke koruze

80 g rdečega fižola (iz konzerve ali kuhanega), za omako

4 tortilje

80 g rdečega fižola (iz konzerve ali kuhanega), za nadev

PRIPRAVA PIŠČANČJEGA MESA

Piščanca narežemo na manjše kocke. Damo v skledo in solimo, popramo ter dodamo 1/2 žlice olivnega olja. Dobro premešamo. Na močan ogenj pristavimo večjo ponev, dodamo 1/2 žlice olivnega olja in piščanca. Piščanca pečemo 4-5 minut, da se zlato zapeče.

K MESU DODAMO ZELENJAVO IN ZAČIMBE

Drobno sesekljamo čebulo, česen in papriko. Ko je piščančje meso lepe, zlato rjave barve, dodamo v ponev sesekljano čebulo, papriko, česen in začimbe (kumino, piment, koriander, česen v prahu in kajenski poper). Ogenj nekoliko zmanjšamo in pražimo še 3-4 minute. Občasno premešamo. Pečico segrejemo na 200 °C.

DO KONCA PRIPRAVIMO NADEV ZA ENCHILADE

V skodelici premešamo paradižnikovo salso in sesekljane paradižnike. Polovico dodamo v ponev k piščancu, polovico pa prihranimo za kasneje. V ponev k piščancu dodamo še sesekljano jalapeño papriko, koruzo in fižol. Kuhamo še 2 - 3 minute, da se omaka dobro poveže z piščancem, nato odstavimo z ognja.

TORTILJE NAPOLNIMO

Pripravimo si globok pekač, velikosti 20 cm x 15 cm. Na dno pekača damo 3 - 4 žlice paradižnikove omake in enakomerno razmažemo. Tortiljo napolnimo z nadevom. Vsako tortiljo premažemo z žlico paradižnikove omake. Fižol razporedimo vzdolž sredine tortilje. Dodamo piščanca z omako ter približno 25g naribanega sira. Robove tortilje privzdignemo in jo zapremo tako, da en konec gleda čez drugega. Tortiljo

150 g sira (mešanica cheddarja, mozzarele, gaude)

1 šop svežega peteršilja

1 čebula

TOOLS AND EQUIPEMENT

kuhinjski nož

rezalna deska

skleda

večja ponev

globok pekač (20 cm x 15 cm)

alufolija

položimo v pekač, da prepognjen konec gleda navzgor. Enako ponovimo z preostalimi tortiljami. Tortilje premažemo s preostalo omako in posujemo s preostalim sirom (50g).

PEČENJE

Pekač pokrijemo z alufolijo (tako, da se ta ne dotika hrane). Pekač postavimo v ogreto pečico. Pečemo 10 minut pri 200 °C, nato alufolijo odkrijemo ter pečemo še 10 minut pri 200 °C, da se sir lepo zapeče. Pečene enchilade s piščancem posujemo s sesekljanim peteršiljem in poljubno na vsako damo še žlico čvrstega ali grškega jogurta.