



## JERNEJ KITCHEN

# PIŠČANČJI CORDON BLEU

*Piščančji Cordon Bleu je odlična jed za med tednom, kot tudi za praznike. Piščančja prsa, polnjena s kuhanim pršutom, sirom in hrustljivo ocvrta.*

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	10	MINUT
POČITEK V HLADILNIKU:	30	MINUT
CVRTJE:	16	MINUT
PEČENJE:	5	MINUT
ČAS SKUPAJ:	60	MINUT

### PIŠČANČJI CORDON BLEU

2 polovici piščančjih prsi Hudin  
sol, poper  
1 čajna žlička dijonske gorčice  
2 rezini kuhanega pršuta  
4 rezine gaude ( približno: 30g vsaka rezina)

### SESTAVINE ZA PANIRANJE

50 g gladke bele moke  
2 jajci  
20 g sladke smetane  
100 g drobtin  
1 žlica sezamovih semen  
1/2 čajne žličke rdeče paprike in 1/2 čajne žličke kurkume  
1/2 čajne žličke chia semen (poljubno)  
500 ml rastlinskega olja (za cvrtje)

### TOOLS AND EQUIPEMENT

kuhinjski nož  
rezalna deska

### PRIPRAVIMO PIŠČANČJA PRSA

Piščančji prsi dobro osušimo in z ostrim nožem horizontalo zarežemo skoraj do konca prsi, da se razprejo, in nastanejo mesni žepki. Na desko postavimo manjši kos papirja za peko, nanj postavimo razprta piščančja prsa. Čez piščančja prsa damo še eno plast papirja za peko in z obeh strani enakomerno potolčemo, da se prsa sploščijo (debeline približno 1 cm). Solimo, popramo in premažemo z dijonsko gorčico.

### ZAVIJEMO V PIŠČANČJO RULADO

Na vsak piščančji zrezek zdaj postavimo rezino kuhanega pršuta in dve rezini sira. Enakomerno in tesno zavijemo v rulado in najprej postavimo eno rulado na večji kos živilske folije, zelo tesno zavijemo, nato pa postopek ponovimo še z drugo piščančjo rulado. Robove dobro zavežemo, da je rulada iz vseh strani tesno zaprta, kot je vidno na fotografiji. Postavimo v hladilnik za 30 minut, da se sestavine med seboj dobro povežejo.

### PANIRANJE

V lonec nalijemo 500ml rastlinskega olja (da pokriva nekje 5 cm lonca) in postavimo na zmeren ogenj. Segrevamo do temperature 170°C. Med tri tri krožnike razdelimo moko, kateri primešamo sol in poper, na drugi krožnik damo razžvrkljana jajca s sladko smetano in v tretjem premešamo drobtine, sezamova semena, mleto rdečo papriko, mleto kurkumo in poljubno še chia semena. Piščančji cordon bleu odvijemo in najprej povajlamo v moki, nato v jajčni mešanici in na koncu še v mešanici z drobtinami. Pazimo, da smo pri

Sponsored

kladivo za meso  
živilska folija  
lonc  
kuhinjski termometer  
penovka

vsakem koraku natančni, da je vsaka piščančja rulada dobro ovita v posamezno plast. Prestavimo na krožnik.

#### CVRTJE IN PEKA

Panirani piščančji cordon bleu s penovko previdno položimo v vroče olje (oba naenkrat). Cvremo približno 7 - 8 minut na vsaki strani, oziroma dokler ni zunaj lepo zlato rjavo zapečen cordon bleu. V kolikor je notranjost piščančjega cordon bleu dosegla temperaturo 68 °C, smo zaključili in lahko s penovko previdno dvignemo piščančji cordon bleu iz vročega olja, ga prestavimo na krožnik s kuhinjski brisačkami, da se odcedi maščoba. Če pa piščančje meso ni doseglo temperature 68 °C, prestavimo meso na pekač, obložen s papirjem za peko in pečemo v segreti pečici 5 - 10 minut pri 175°C, dokler temperatura piščanca (najdebeljši del) ne doseže 68 °C.

#### POSTREŽEMO

Piščančji cordon blue postrežemo čimprej. Razdelimo med krožnike in postrežemo s poljubno prilogo. Priporočava [pire krompir](#), [pastinakov pire s hruško](#), [dušeno korenje](#) ali [ohrovtovo solato](#).