



JERNEJ KITCHEN

PIŠČANČJE KRAČE PEČENE V PEČICI S ŠPARGLJI

Piščančje krače pečene v pečici s šparglji so pripravljene enostavno in v eni uri. Glavna jed, ki je primerna za vse dni v letu. Bogata po okusu, a zdrava in slastna.

| | | |
|-------------|----|-------|
| ZA | 6 | OSEB |
| PRIPRAVA: | 10 | MINUT |
| PEČENJE: | 50 | MINUT |
| ČAS SKUPAJ: | 60 | MINUT |

MARINADA ZA PIŠČANČJE KRAČE

6 piščančjih krač Hudin (cca. 1,2 kg)

poper, sol

1/4 čajne žličke mlete kumine

1/2 čajne žličke mletih koriandrovih semen

1 žlica olivnega olja

PIŠČANČJE KRAČE V PEČICI S ŠPARGLJI

2 žlici olivnega olja

1 mlada čebula, sesekljana

125 g kuhane čičerike (skuhane ali iz konzerve)

2 stroka česna, sesekljanega

1/4 žličke sesekljanega suhega čilija

1 lovorov list

1 čajna žlička bio limonine lupinice

50 ml belega vina

1 čajna žlička sveže iztisnjene limoninega soka

160 g zamrznjenega graha

300 ml piščančje osnove ali vode

MARINADA PIŠČANČJIH KRAČ

V skledi premešamo piščančje krače, sol, poper, mleto kumino in žlico olivnega olja. Mešanica začimb naj se dobro vtore v piščančje krače.

POPEČEMO PIŠČANČJE KRAČE

Ponev z dvema žlicama olivnega olja pristavimo na močan ogenj. Dodamo piščančje krače in jih popečemo iz vseh strani, da postanejo lepe, zlatorjave barve, približno 16 - 18 minut, odvisno od velikosti krač. Pečico segrejemo na 200 °C.

NASVET

[Piščančje krače še niso pečene, postopek pečenja bomo nadaljevali v pečici.](#)

PREPRAŽIMO ČIČERIKO IN ZAČIMBE

Popečene piščančje krače odstranimo iz ponve. Ponev pristavimo nazaj na zmeren ogenj, dodamo sesekljano mlado čebulo, kuhano mlado čičeriko, sesekljan česen, čili, lovorov list in limonino lupinico. Pražimo 2 - 3 minute, občasno premešamo.

OMAKA

Zalijemo z belim vinom in sveže iztisnjenim limoninim sokom. Solimo in popramo. Pustimo, da mešanica zavre, da vino skoraj popolnoma izpari. Redno postrgamo s kuhalnico tudi po dnu posode, da zajamemo vse arome jedi. Kuhamo približno 2 minuti. Dodamo grah in piščančjo osnovo ali vodo. Pustimo, da mešanica zopet zavre, nato hitro zmanjšamo ogenj.

PEČENJE V PEČICI

V ponev k čičeriki damo popečene piščančje krače, tako da je

180 g svežih špargljev

TOOLS AND EQUIPEMENT

Oglas

kuhinjski nož

rezalna deska

večja ponev s pokrovko

koža na vrhu. Ne pozabimo na piščančje sokove, ki so ostali na krožniku, te prav tako dodamo v ponev. Pokrijemo s pokrovko (ali s plastjo papirja za peko in alufolije - tako, da se ta ne dotika hrane). Postavimo v segreto pečico in pečemo 35 - 40 minut (odvisno od velikosti krač) pri 190 °C. Po 15 minutah pečenja piščančje krače odkrijemo in pečemo še 20 - 25 minut. Zadnjih pet minut pečenja pa dodamo še na večje kolobarje narezane šparglje.

POSTREŽEMO

Med krožnike razdelimo čičeriko, šparglje in omako. Dodamo piščančjo kračo in poljubno posujemo še s sesekljanim peteršiljem ali pehtranom. Poljubno posujemo še s sesekljanimi in popečenimi mandlji. Najbolje je, da jed čimprej postrežemo, dober tek.