

Doradca Smaku V: Gulasz z papryki, cukinii i śliwek z kurczakiem, odc. 5



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Danie główne

cebula	żółta 3 sztuki
papryka czerwona	4 sztuki
cukinia	2 średnie sztuki
passata pomidorowa	250 ml
piersi z kurczaka	3 pojedyncze
suszone pomidory z czosnkiem	kilka sztuk
śliwki suszone	100 g bez pestek
tortilla	6 placków
śmietana gęsta	2-3 łyżki
ser mozzarella	250 g (lub ser długodojrzewający)
natka pietruszki	1 pęczek
olej rzepakowy	1 litr

Do smaku

papryka słodka mielona
papryka ostra mielona
cząber
pieprz cytrynowy
kminek mielony
sól morską

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Cebule kroimy w grubą kostkę i podsmażamy na patelni z rozgrzanym olejem. Następnie zdejmujemy patelnię z ognia i wysypujemy słodką oraz ostrą paprykę mieloną. Dokładnie mieszamy, ponownie wstawiamy na ogień i dodajemy pokrojoną w grubszą kostkę świeżą paprykę. Całość dusimy aż papryka zmięknie i przyprawiamy do smaku cząbrem. Pomidory kroimy na ćwiartki i wraz z szypułkami wrzucamy na patelnię.
- KROK 2 Następnie dodajemy pokrojoną w grube kawałki cukinię (jeśli cukinia jest duża, przed pokrojeniem usuwamy z niej pestki) i przyprawiamy do smaku pieprzem cytrynowym. Na koniec wlewamy passatę pomidorową i wrzucamy 3 całe piersi kurczaka. Całość gotujemy aż mięso będzie miękkie.
- KROK 3 W trakcie gotowania dodajemy całe połówki pomidorów suszonych, całe suszone śliwki oraz wlewamy odrobiną aromatycznego oleju z pomidorów. Na koniec przyprawiamy do smaku mielonym kminkiem i solą. Ugotowane mięso wyjmujemy z gulaszu, kroimy w kostkę i ponownie wrzucamy na patelnię.
- KROK 4 W małym garnku ok. 1 litr oleju – garnek powinien mieć średnicę o połowę mniejszą niż średnica placków tortilli. Do garnka wkładamy pojedynczo placki tortilli i przytrzymujemy je przy dnie za pomocą tłuczka do ziemniaków. Gdy tortilla się przyrumieni wyjmujemy ją ręcznik papierowy, a następnie wstawiamy do porcelanowych miseczek.
- KROK 5 Gulasz przekładamy do tortilli, wykładamy łyżkę kwaśnej śmietany i posypujemy startym serem i natką pietruszki.