

Tortille z kurczakiem cajun i sosem ranczerskim



JAGÓDKA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
45 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Ciasto na tortille:

mąka pszenna	350 gramów
woda gorąca	160 mililitrów
sól	0.5 łyżeczki
oliwa	2 łyżki

Nadzienie

filety z kurczaka	2 szt.
pomidory cherry	150 gramów
sałata rzymska	8 liści
awokado	2 szt.
sok z cytryny	2 łyżki
papryka żółta	1 szt.
papryka pomarańczowa	1 szt.
cebula czerwona	1 szt.
Cajun przyprawa	2 łyżki
olej	3 łyżeczki

Sos ranczerski:

maślaki	0.3 szklanki
majonez	3 łyżki
śmietana kwaśna	2 łyżki

sok z cytryny	1 łyżka
czosnek	1 ząbek
szczypiorek	1 łyżka
koperek	1 łyżka
natka pietruszki	1 łyżka
Pieprz biały mielony Prymat	5 szczypt
sól	5 szczypt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Tortille:

Mąkę mieszamy z solą i oliwą. Dodajemy gorącą wodę i mieszamy. Ciasto wyrabiamy przez około 4 minuty. Jeśli podczas zagniatania ciasto klei się do dłoni, można podsypać odrobinę mąką. Tak przygotowane ciasto dzielimy na osiem równych części. Każdą część ciasta wałkujemy na stolnicy na bardzo cienki placek, podsypując mąką. Przy pomocy talerza o średnicy patelni, na której będziemy smażyć placki, wycinamy z ciasta koło. Resztki ciasta również wykorzystujemy do zrobienia placków.

Gotowe placki smażymy na dobrze rozgrzanej, suchej patelni. Jeśli na placku pojawią się bąble, należy odwrócić go na drugą stronę. Po obróceniu smażymy kilka sekund i zdejmujemy z patelni. Usmażone placki układamy na talerzu jeden na drugim i przykrywamy wilgotną ściereczką. To bardzo ważny element przygotowania tortilli. Dzięki temu tortille będą elastyczne i nie będą suche.

Nadzienie:

Filety kurczaka kroimy w kostkę, doprawiamy przyprawą cajun i dokładnie mieszamy. Na patelni rozgrzewamy olej i smażymy kurczaka. Zdejmujemy mięso z patelni na talerzyk wyłożony ręcznikiem papierowym, aby pozbyć się nadmiaru tłuszczu.

Papryki oczyszczamy, usuwamy gniazda nasienne i kroimy w paseczki. Cebulę obieramy i kroimy w cienkie piórka. Awokado kroimy w kostkę i skrapiamy sokiem z cytryny.

Sos ranczerski:

Do maślanki dodajemy majonez, śmietanę, sok z cytryny oraz przeciśnięty przez praskę czosnek. Dodajemy posiekane zioła i mieszamy do połączenia się składników. Doprawiamy do smaku przyprawami.

Na suchej i rozgrzanej patelni podgrzewamy placki tortilli. Na każdym placku układamy liść sałaty, wykładamy porcję warzyw i kurczaka. Polewamy przygotowanym wcześniej sosem i zwijamy.

Podajemy od razu po przygotowaniu.

Smacznego!

* można zastąpić jogurtem greckim