

Gryczotto ze śliwką i pieczonym filetem



JADWIGA/JAGA85



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



IŁOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kasza gryczana	1 szklanka
śliwki suszone	15 dag
filet z kurczaka	1 podwójny
papryka czerwona	1 sztuka
Przyprawa do kurczaka złocista skórka Prymat	
Liść laurowy suszony Prymat	2 sztuki
Ziele angielskie całe Prymat	2-3 ziarenka
olej do smażenia	
czosnek	2 ząbki
cebula	1 mała
Pieprz kolorowy Prymat w młynku	
sól do smaku	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1** W garnku zagotowujemy 2 szklanki wody. Dodajemy do niej sól do smaku, liście laurowe i ziele angielskie. Następnie wsypujemy kaszę i gotujemy całość do momentu jak kasza wchłonie wodę. Po tym czasie liście laurowe i ziele wyjmujemy, a kaszę przykrywamy i odstawiamy na około 15 minut.
- Filet z kurczaka myjemy i osuszamy. Następnie smarujemy go tłuszczem i oprószamy przyprawą do kurczaka. Tak przygotowanego pieczemy około 30 minut w 180°C.
- Gotowy studzimy i kroimy w kostkę.
- Cebule obieramy i kroimy w kostkę. Rumienimy na oleju.

- KROK 2 Dodajemy do niej przeciśnięty przez praskę czosnek i pokrojoną w kostkę paprykę. Smażymy razem.
- KROK 3 Gdy papryka zmięknie dodajemy pokrojone mięso.
- KROK 4 Następnie dokładamy kaszę i śliwki. Całość podgrzewamy razem około 5 minut, przyprawiamy do smaku. Gotowe.
Gryczotto podajemy na miseczkach lub, przekładamy do salaterek i wyciskamy z niego „babki” na talerz. Przed podaniem dekorujemy natką pietruszki, świeżymi śliwkami i papryką.