

Pečené sladké zemiaky s BBQ cesnakovým kuracím mäsom

55—65 Min

Ingrediencie 4 Porcie

= Kotányi Produkte

300 g	Fileta z kuracích pŕs
4 kus	Sladké zemiaky
100 g	Rukola
20 g	Petržlen, čerstvý
100 g	Cherry paradajky, žlté alebo červené

Na dresing

3 PL	Olivový olej
1 PL	Balzamikový ocot
1 ČL	Med
1 štipka	Morská soľ jedlá jódovaná
1 štipka	Čierne korenie celé

Na BBQ marinádu

4 PL	Olivový olej
1 ČL	Paprika údená
1 ČL	Morská soľ jedlá jódovaná
1 štipka	Čierne korenie celé
1 ČL	Oregano drvené
1 ČL	Majorán drvený
1 ČL	Rozmarín sušený mletý
1 ČL	Cesnak granulovaný

Príprava

1. Predhrejte rúru na 190 °C (392 °F) pomocou konvenčného nastavenia rúry. Sladké zemiaky popichajte vidličkou, potrite malým množstvom oleja a poukladajte na plech s papierom na pečenie. Pečte v rúre asi 50 minút (podľa veľkosti zemiakov), kým nebudú vnútri mäkké.
2. Zmiešajte všetky prísady na BBQ marinádu.
3. Opláchnite kuracie filety, osušte ich papierovou utierkou a v prípade potreby odkrojte nežiadúce časti. Potrite BBQ marinádou a opekajte z oboch strán na panvici, kým nezískajú peknú farbu. Položte do pekáča a vložte do rúry so sladkými zemiakmi približne na 15 minút.
4. Rukolu umyte a odstreďte, kým nebude suchá. Umyte cherry paradajky a prekrojte ich na polovice. Zmiešajte všetky prísady na šalátový dresing. Umyte a nahrubo nasekajte petržlenovú vňať.
5. Vyberte kuracie prsia z rúry a pomocou dvoch vidličiek natrhajte mäso. Zmiešajte s výpekom.
6. Narežte uvarené sladké zemiaky a otvorte ich. Naplňte s BBQ kuracím mäsom. Zmiešajte rukolový šalát a cherry paradajky s dresingom a na tanier položte hniezdo z rukoly. Na toto hniezdo položte plnené sladké zemiaky. Ozdobte petržlenovou vňaťou a ihneď podávajte.

