

WORTH TO EAT...

Food blog

Kuřecí nudličky na víně a medu s jedlými kaštanů

Potřebujeme:

Co budeme potřebovat: (4 porce)

- 380 g bio kuřecích prsou
- 15 jedlých kaštanů
- 1 vejce
- 100 g pórků
- 100 ml bílého vína
- 100 ml zeleninového vývaru
- 1 lžice medu
- 2 lžice bramborového škrobu (solamyl)
- 2 hvězdičky badyánu

- rýže: 1 hrnek rýže basmati
- 1 a 3/4 hrnku vody
- polovina cibule
- 1 polévková lžice oleje
- 1,5 lžičky soli



Jak na to:

Začneme přípravou jedlých kaštanů, je to přeci jen časově trochu náročnější a v průběhu vaření už na to čas nebude ;-). Kůru každého kaštanu prořízneme ostrým nožem na plošší straně a položíme je na plech (rozříznutou stranou nahoru) a pečeme v troubě rozehřáté na 200°C po dobu 15 minut.

Než kaštanů trochu zchladnou, dáme vařit rýži. V hrnci na lžici oleje zpěníme polovinu cibule nakrájenou najemno. Rýži důkladně propláchneme pod proudem tekoucí vody, až je voda co rýži protéká úplně čirá. Propláchnutou rýži přidáme k cibulce a krátce ji orestujeme, poté rýži zalijeme vodou, osolíme a na mírném plameni vaříme, než se všechna voda vsákne. Když je voda vsáknutá, uložíme rýži na teplé místo a ještě ji necháme dojít (ideálně do peřin ;-P).

Upečené kaštanů po vychladnutí oloupeme a nakrájíme na malé kostičky.

Kuřecí prsa nakrájíme na nudličky a osolíme. Posypeme solamylem a promícháme, aby se v něm maso obalilo (díky tomu zůstane šťavnaté a nevysuší se). Nakonec do masa rozklepneme jedno vejce a celou směs opět zamícháme.

Ve woků nebo hlubší pánvi rozehřejeme jednu lžici oleje a osmahneme na něm maso ze všech stran. Když je maso zatáhnuté, přidáme na kolečka nakrájený pórek a badyán. Badyán jídlo krásně provoní a dává mu jeho specifickou chuť, bez něj by to nebylo ono ;-). Vše podlijeme

Dobrou chuť ♥

WORTH TO EAT...

Food blog

vínem a vývarem, přidáme lžíci medu a mícháme, než se tekutina zredukuje. Nakonec přidáme na kostičky nakrájené kaštiny a chvíli mícháme, aby se kaštiny prohřály.

Před podáváním odstraníme z pokrmu badyán a můžeme podávat :-).