

JERK CSIRKECOMBOK ÉDESBURGONYÁVAL ÉS BORSÓVAL -



Hozzávalók

(4 adag)

- 1kg csirke felső- és alsócomb
- 800g darabolt édesburgonya
- 4 újhagyma, 5 cm hosszúra vágva
- 1 evőkanál növényi olaj
- 200g fagyasztott zöldborsó
- A páchoz;
- 1 evőkanál növényi olaj
- 1-2 Scotch bonnet chili vagy más chili fajta
- 1 kis hagyma, durvára aprítva
- 2 gerezd fokhagyma, meghámozva
- 1 zöld citrom leve
- 2 evőkanál szójaszósz
- 2 teáskanál barnacukor
- 1/2 teáskanál őrölt szegfűbors
- 1 teáskanál szárított kakukkfű

Jerk csirkecombok édesburgonyával és borsóval - Aviko Food Service

Jerk csirkecombok édesburgonyával és borsóval - Aviko Food Service Elkészítés 1. A páchoz: aprítsunk össze minden hozzávalót egy robotgépben, míg sűrű krém állagot kapunk. Irdaljuk be a csirke bőrét és kenjük be mindenhol a páccal. Tegyük félre legalább 20 percre, vagy fedjük le és tegyük hűtőbe egy éjszakára. 2. Melegítsük elő a sütőt 180 °C-ra (légkeveréssel 160 °C-ra, gázsütőt 4-es fokozaton). Süssük a csirkét 30-40 percig, amíg a belőle kifolyó szaft tiszta, miután megszűrtük egy tüvel. 3. Tegyük az édesburgonyát és az újhagymát az olajjal, valamint kevés sóval és borssal egy tepsire és süssük a csirke mellett 30 percig, időnként átfogatva, míg nem kezd erősen pirulni. 4. Egy kis edényben forraljunk vizet, adjuk hozzá a borsót és főzzük 2-3 percig, szűrjük le és adjuk hozzá a sült édesburgonyához. Tálaljuk a csirkét nagy adag édesburgonya chunk-al és zöldborsóval.

Elkészítés

1. A páchoz: aprítsunk össze minden hozzávalót egy robotgépben, míg sűrű krém állagot kapunk. Irdaljuk be a csirke bőrét és kenjük be mindenhol a páccal. Tegyük félre legalább 20 percre, vagy fedjük le és tegyük hűtőbe egy éjszakára.

2. Melegítsük elő a sütőt 180 °C-ra (légkeveréssel 160 °C-ra, gázsütőt 4-es fokozaton). Süssük a csirkét 30-40 percig, amíg a belőle kifolyó szaft tiszta, miután megszűrtük egy tüvel.

3. Tegyük az édesburgonyát és az újhagymát az olajjal, valamint kevés sóval és borssal egy tepsire és süssük a csirke mellett 30 percig, időnként átfogatva, míg nem kezd erősen pirulni.

4. Egy kis edényben forraljunk vizet, adjuk hozzá a borsót és főzzük 2-3 percig, szűrjük le és adjuk hozzá a sült édesburgonyához. Tálaljuk a csirkét nagy adag édesburgonya chunk-al és zöldborsóval.



Je kunt zoveel meer (met Aviko)