

Pui fraged și aromat cu sos de usturoi, unt și vin – Carne fragedă și suculentă, scaldată într-un sos bogat, plin de arome intense



Pui fraged și aromat cu sos de usturoi, unt și vin



Salutare, iubitori ai artei culinare! Astăzi vă dezvăluim secretul unui **piept de pui** extraordinar: un **sos catifelat și plin de arome**, făcut **din usturoi, unt și vin**, care va transforma această carne obișnuită într-un **deliciu desăvârșit**. Gândiți-vă la o **carne fragedă și suculentă**, scaldată într-un **sos bogat, plin de arome intense** de usturoi, vin și ierburi aromatice. Sună ireal de bun? Ei bine, pregătiți-vă să fiți surprinși!

Dacă sunteți în căutarea unei rețete simple, dar cu efect wow, urmăriți videoclipul și lăsați-vă inspirați. După ce veți încerca această rețetă, **puiul la cuptor nu va mai fi niciodată la fel!** Ingredientele sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 750 g piept de pui
- 1 căciulie de usturoi
- 150 ml vin
- 70-80 g unt
- 1 legătură pătrunjel
- zeama de la 1/2 lămâie
- 1 linguriță miere de albine
- 1 linguriță usturoi granulat
- 1 linguriță pudră de ceapă
- 1 linguriță oregano
- 1 linguriță coriandru boabe
- 1 linguriță piper boabe
- 1/2 linguriță fulgi de ardei iute
- 4-5 g sare
- 30-40 ml ulei de măsline

1. Taie pieptul de pui în jumătăți, aproximativ 1 cm grosime, ca niște mini șnițele.
2. Pune feliile de pui într-un bol mai mare.
3. Adaugă o linguriță de pudră de usturoi, o linguriță de pudră de ceapă, o linguriță de sare, o linguriță de oregano uscat și jumătate de linguriță de fulgi de ardei iute.
4. Stoarce zeama de la jumătate de lămâie și adaugă o linguriță de boabe de coriandru și o linguriță de boabe de piper (măcinate fin).
5. Amestecă bine pentru a distribui condimentele uniform pe pui.
6. Încălzește o tigaie cu ulei de măsline (cât să acopere fundul tigăii) și prăjește bucățile de pui pe ambele părți până se rumenesc ușor.
7. După ce puiul e rumenit, retrage-l din tigaie.
8. În aceeași tigaie, adaugă usturoi curățat și zdrobit, apoi toarnă 150 ml de vin alb și amestecă bine pentru a elibera aromele și caramelizările de pe fundul tigăii.
9. Lasă alcoolul să se evapore și sosul să se îngroașe

puțin.

10. Pune bucățile de pui înapoi în tigaie și lasă-le să absoarbă sosul timp de 5 minute la foc mic.
11. Adaugă 70-80 grame de unt și amestecă până obții un sos lucios și emulsificat.
12. Ajustează gustul cu sare, piper și adaugă frunze de pătrunjel proaspăt tocat.
13. Taie aciditatea sosului cu o linguriță de miere de albine, amestecă bine și servește alături de orez simplu.