

Te vei îndrăgosti de această rețetă – Piept de pui pe pat de legume



Piept de pui pe pat de legume



Pregătit/ă să redescoperi pieptul de pui? Astăzi îți prezentăm o rețetă care transformă această carne adesea uscată într-o explozie de arome!

Pieptul de pui este **marinat** într-un **amestec secret de condimente** pentru o **aromă intensă**, apoi așezat pe un pat de **legume crocante**: cartofi, ceapă și roșii. Iar pentru un final savuros, am adăugat un **strat generos de brânză**, care se topește și formează o crustă aurie în cuptor.

Rezultatul? **O combinație divină** de carne fragedă, legume aromatate și brânză cremoasă! Ingredientele sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 1 kg piept de pui
- 400 g cartofi
- 2 cepe albe
- 1 ceapă roșie
- 2 roșii
- 200 g cașcaval
- 1 căciulie usturoi

- 100 g pesmet
- 2 tije rozmarin
- 2 crenguțe salvie
- 100 ml vin alb/rose
- 100 ml ulei de măsline
- 25 ml sos de soia
- 30 ml sos dulce acrișor
- 1 linguriță muștar dijon
- 1 linguriță oregano
- 1 linguriță boia dulce
- 1 linguriță rasă piper
- 4-5 g sare

1. Prepară marinada amestecând 100 ml ulei de măsline, 100 ml gin, o linguriță de piper, o linguriță de oregano, o linguriță de boia de ardei dulce, o linguriță de muștar Dijon, 25 ml sos de soia, 30 ml sos dulce acrișor și 1-2 căței de usturoi zdrobiți. Adaugă frunzulițele de la două tije de rozmarin și două crenguțe de salvie, tocate fin.
2. Crestează pieptul de pui fără a-l tăia complet, apoi pune-l în amestecul preparat, asigurându-te că marinada intră în toate tăieturile.
3. Într-o tavă unsă cu puțin ulei, presară pesmet pentru a absorbi sucurile de la pui și legume.
4. Așază un strat de cartofi tăiați felii subțiri (4-5 mm grosime), urmat de ceapă tăiată julien (1 ceapă roșie și 2 cepe albe), apoi roșii feliate. Presară sare și piper peste fiecare strat.
5. Așază bucățile de piept de pui marinat peste legume și toarnă restul de marinadă peste carne.
6. Coace totul în cuptorul preîncălzit la 200°C timp de 90 de minute. La final, presară 200 g de cașcaval ras pe deasupra și gratinează timp de 5-10 minute până se topește și se rumenește frumos.
7. Servește pieptul de pui cu legumele coapte, pentru un

preparat succulent și plin de arome.