



reteta-video.ro

Pui cu Vinete, Rosii si Mozzarella la Cuptor

Puiul cu vinete, rosii si mozzarella la cuptor este, dupa parerea mea, o alegere potrivita fie pentru pranz, dar si pentru cina, caci are nevoie de putine ingrediente, este foarte simplu de pregatit, delicios si satios. Combinatia dintre **vinete, pui, rosii si branza mozzarella** mi se pare ca merge de minune si iti da impresia ca este o reteta super sofisticata. Cand de fapt nu este deloc asa! Pare ca ne ia ceva timp dar, daca ne organizam bine, in 45 de minute este gata sa intre in cuptor. In esenta **mancarica** asta **de vinete cu rosii si mozzarella** isi are originile in Toscana, numai ca aici o fac mult mai simpla. Este celebra in toata lumea. Nu cred sa fie cineva care nu auzit de melanzane alla parmigiana! Si daca nu ati auzit, nu-i bai! Sunt de fapt **vinete gratinate cu sos de rosii si branza**, o mancare vegetariana, la care eu am adaugat si piept de pui. Dar sa o luam cu inceputul! Intai ne ocupam de vinete, adica le taiem in fasii sau in rondele, curatate sau nu de coaja. Eu am avut o vanata uriasa! Pentru a fi siguri ca avem stabilitate, intai taiem o prima fasie, pe care o formam in forma de baza, o intoarcem pe suprafata plana si apoi o feliem mai linistiti. Apoi trebuie sa scoatem cat mai multa apa din ele, asa ca le scoatem saram din belsug, le asezam intr-o sita si le lasam sa se scurga, eventual cu o greutate deasupra lor. Apoi trecem la rosii, pe care le decojim, asta daca nu le-am decojit inainte. Si asta este simplu, le crestam varful cu un cutit, in forma de cruce, doar cat sa le scoatem coaja, le scufundam maxim 1 minut in apa clocotita, apoi le scoatem in apa foarte rece unde le mai lasam tot maxim 1 minut. Trecem usor de coaja, dinspre varf si o sa se desprinda imediat. Le tocam si facem din ele un sos delicios. In locul rosiilor proaspete putem sa folosim si passata de rosii si sosul o sa fie mult mai repede gata. Daca vreti puteti pune in el si o lingurita cu zahar, pentru a balansa aciditatea acrisor al rosiilor. Vinetele se scurg, iar **sosul de rosii** borboroseste. Timp in care rumenim pieptul de pui. Nu mai avem decat sa pregatim si vinetele pentru a fi gata de bagat in cuptor. Eu le-am facut tot pe grill, dar puteti sa le prajiti in ulei, iar cand capata culoarea dorita le scoateti pe servetele absorbante pentru a inlatura surplusul de ulei. Sunt mai gustoase dar si mai putin dietetice. Sosul de rosii este sczut, carnea de pui si vinetele sunt aurii, asa ca nu mai avem decat sa formam "**musacaua**" **de vinete cu piept de pui si mozzarella**. Adica sa formam straturi straturi din sos de rosii, fasii de vinete, piept de pui si branza mozzarella. Si chiar ca asta e tot! Caci mancarea de vinete cu piept de pui si rosii merge in cuptor, unde se rumeneste, iar branza se topeste si imbraca totul. Apoi, doar putintica rumenim la turtura!!!! Noroc ca nu trebuie sa stam sa se si raceasca complet, caci la cum o sa miroasa in bucatarie, asta ar fi o adevarata turtura!!!!

INGREDIENTE PUI CU VINETE, ROSII SI MOZZARELLA LA CUPTOR

o vanata mare, spalata (sau doua mai mici)
700 g de piept de pui, dezosat si fara piele, taiat in felii ca pentru snitele
500 g de rosii decojite
300 g de branza mozzarella
5-6 linguri cu ulei de masline
6-7 catei mici de usturoi, curatati si spalati
o jumatate de lingurita cu busuioc uscat
sare
piper proaspat macinat

MOD DE PREPARARE PUI CU VINETE, ROSII SI MOZZARELLA LA CUPTOR

PASUL 1

Indepartam codita vinetei si o taiem in fasii sau in rondele de cam 1 cm grosime. Presaram fasiile de vanata cu sare, pe ambele parti si le asezam in straturi intr-o sita pentru minim 30 de minute.

PASUL 2

Taiem rosiile in cubulete.

PASUL 3

Pregatim aragazul si o tigaie in care punem 2 linguri cu ulei. Adaugam cubuletele de rosie, amestecam si lasam sosul de rosii sa fiara pe foc mic cam 15-20 de minute.

PASUL 4

Taiem branza mozzarella in feliute groase de cam 1 cm.

Zdrobim usturoiul.

PASUL 5

Condimentam bucatile de piept de pui cu sare si piper macinat, apoi le ungem cu ulei de masline pe ambele parti.

Din cand in cand mai amestecam in sosul de rosii.

PASUL 6

Pregatim o tigaie grill pe care o lasam sa se incinga. Punem bucatile de piept de pui si le lasam sa se rumeneasca usor, apoi le intoarcem si pe cealalta parte, iar cand sunt usor aurii le scoatem si le lasam deoparte.

PASUL 7

Amestecam in sosul de rosii si il lasam pana cand devine gros si dens, adica sa scada mai mult de jumatate. Punem usturoiul zdrobit si busuiocul uscat, condimentam cu sare si piper macinat si mai lasam sa clocoteasca 2 minute.

PASUL 8

Stergem bine feliile de vinete, prin tamponare cu servetele absorbante, apoi le ungem cu ulei de masline pe ambele parti.

PASUL 9

Pregatim o tigaie grill pe care o lasam sa se incinga bine. Asezam feliile de vanata si le lasam sa se rumeneasca, le intoarcem pe cealalta parte, iar cand au capatat culoare le scoatem. Continuum pana cand terminam de rumenit toate feliile de vinete.

PASUL 10

Dupa cele 2 minute sosul de rosii este gata, asa ca il lasam sa se raceasca.

PASUL 11

Incalzim cuptorul.

PASUL 12

Intr-o tava cu dimensiunile de 20x25 cm si inalta de minim 8 cm intindem un sfert din cantitatea de sos de rosii. Aranjam peste sosul de vinete astfel incat sa acoperim perfect suprafata, intindem peste ele cam o treime din sosul de rosii ramas si il acoperim complet cu bucati de piept de pui. Peste carne aranjam un strat de branza mozzarella (jumătate din cantitate), intindem deasupra jumătate din sosul de rosii ramas si acoperim totul cu felii de vinete rumenite. Punem rosiile ramase si le intindem uniform, le acoperim cu bucati de piept de pui, peste care aranjam un ultim strat de mozzarella.

PASUL 13

Punem tava in cuptorul incalzit la 180 de grade pentru 30-40 de minute.

PASUL 14

Cand mozzarella s-a topit si este rumenita, scoatem mancarea de vinete din cuptor.

PASUL 15

O lasam sa se raceasca 10 minute, feliem si servim.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Pui cu Vinete, Rosii si Mozzarella la Cuptor*.

POFTA BUNA!