



reteta-video.ro

Pulpe de pui gratinate

Pulpele de pui gratinate sunt rasfatul unei zile aglomerate. Rumene și apetisante, aceste pulpe de pui la cuptor pot fi servite cu diverse garnituri, legume sau salate. O friptura de pui rapidă, deși nu foarte dietetică, rămâne însă o alegere pentru un pranz sațios, o rețetă cu pui puțin diferită de cele clasice la cuptor.

INGREDIENTE PULPE DE PUI GRATINATE

6 bucati de pulpe de pui spalate si sterse
6 linguri de pesmet
4 linguri de ulei de masline
3 linguri de unt topit
5 catei de usturoi curatati si spalati
200 gr. de cascaval ras pe razatoarea mare
sare
piper proaspat macinat
boia iute
o jumatate de pahar de vin alb

MOD DE PREPARARE PULPE DE PUI GRATINATE

PASUL 1

Incalzim cuptorul.

PASUL 2

Pregatim un vas termorezistent in care asezam pulpele de pui.

PASUL 3

Condimentam carnea de pui cu sare, piper macinat si boia iute.

Punem deasupra 2 linguri de ulei de masline.

PASUL 4

Introducem vasul in cuptorul incalzit pana cand carnea de pui se rumeneste.

PASUL 5

Zdrobim usturoiul.

PASUL 6

Punem peste pesmet cele 2 linguri de ulei de masline ramase.

Aaugam untul topit si usturoiul zdrobit si amestecam.

PASUL 7

Cand pulpele sunt rumenite, scoatem tava din cuptor, dar nu inchidem focul.

PASUL 8

Punem peste amestecul de pesmet cateva linguri din sosul din tava si amestecam pana cand obtinem o pasta.

PASUL 9

Deasupra pulpelor de pui din tava punem amestecul de pesmet, vinul alb si cascavalul ras.

PASUL 10

Introducem vasul in cuptorul incalzit pentru inca 6-7 minute.

PASUL 11

Cand cascavalul de deasupra devine auriu, scoatem vasul din cuptor si inchidem focul.

PASUL 12

Servim puiul gratinat cald, cu cartofi natur sau legume fierte la abur si salata.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru
Pulpe de Pui Gratinate.**

POFTA BUNA!