

Jambalaya cu pui si carnati



V-am promis, inca de la inceputul postului, cateva retete cu carne iar prima dintre ele este Jambalya cu pui si carnati, un fel de paella americana, un „**pilaf**” bogat in arome si gusturi ☐

Sunt mai multe feluri de Jambalaya dar eu acum va aduc varianta cea mai satioasa, Jambalaya cu carne de pui si carnati afumati!!!

Ingrediente:

- 250 g orez
- 3 pulpe de pui dezosate sau 1 piept de pui mare
- o lingurita boia dulce de ardei
- 1 varf de cutit boia iute
- 1 lingurita rasa piper macinat
- 3, 4 linguri ulei de masline
- o ceapa uscata (rosie)

- 3, 4 catei de usturoi
- un ardei gras rosu
- o tulpina telina (apio)
- jumătate linguriță chimen pisat
- jumătate linguriță oregano
- doi carnați afumați
- 3 roșii decojite sau 3 linguri pasta de tomate
- două cani supă de pui (500 ml.)
- sare după gust

Mod de preparare:

Se taie carnea de pui în bucatele, se presara cu boia, dulce și iute, și piper macinat.

Se incinge uleiul de masline într-o tigaie incapatoare (un wok ar fi perfect). Se caleste carnea timp de cca. 3 minute, după care se scoate pe un platou și se acopera cu un capac.

În același ulei se adauga ceapa, telina și ardeiul tocate marunt, dar și usturoiul pisat. Se lasa pe foc aproximativ 3 minute, amestecand des.

Se pune orezul spalat și se mai lasa pe foc 1-2 minute.

Se toarna supă de pui și se amesteca bine.

Se adauga apoi bucatile de pui, carnatii taiati rondele și condimentele ramase.

Se pune sare după gust și roșiile tocate marunt și se lasa la foc mic cca. 20-25 de minute sau până când se înmoaie orezul și carnea de pui.



Aromat si bun!!!

P.S. O alta reteta gustoasa cu orez gasiti aici: **Tort de orez cu carne de curcan**