

Bazalková kuřecí játra

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- kuřecí játra 300 g
- rostlinný olej 2 lžička
- čerstvá bazalka 1 svazek
- soli 1 špetka
- bílého pepře 1 špetka
- větší mrkev 3 ks
- brokolice 1 ks

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Kuřecí játra opláchneme pod tekoucí vodou, vložíme je do misky a hojně zasypeme čerstvě posekanou bazalkou. Přidáme dvě lžičky oleje a promícháme. Játra necháme uležet nejlépe přes noc, ale minimálně alespoň 30 minut v chladničce.

Po vyjmutí z chladničky vložíme bazalková játra na rozehřátou pánev a opékáme. Pokud je třeba, podléváme je průběžně vodou nebo vývarem. Před koncem restování je podle potřeby dochutíme solí nebo pepřem. Pro zvýraznění aroma můžeme na závěr vmíchat ještě čerstvé lístky bazalky.

Mrkev a brokolici řádně očistíme, mrkev nakrájíme na menší špalíčky, brokolici rozebereme na růžičky. Oboje vaříme v páře do změknutí, po vyjmutí z páry mírně osolíme. Podáváme teplé s

bazalkovými kuřecími játry.

Poznámka:

Pokud máš raději výraznější chuť, můžeš těsně před koncem dušení játra zakápnout sójovou omáčkou.