Krůtí plátek s polentou

Kategorie: Maso

Autor: sarysek

Suroviny

Porce: 3

- krůtí prsa 500 g
- směs koření na krůtu 1 ks
- sůl 1 ks
- olivový olej 1 ks
- polenta 200 g
- horká voda 750 ml
- čerstvý rozmarýn 2 snítka
- sůl 1 lžička
- čerstvý rozmarýn 2 snítka

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Ve větším hrnci přivedeme k varu 750 ml vody a pomalu vsypáváme tenkým pramínkem polentu. Stáhneme plamen a mícháme, dokud se nezačne oddělovat od stěn hrnce. Doba přípravy závisí na typu polenty – instantní stačí vařit 5 minut, obyčejnou vaříme asi 20 minut. Ještě teplou polentu rozetřeme na pečící papír do tvaru placky a necháme vychladnout.
Nakrájíme na malé obdélníčky, které smažíme z obou stran na pánvi v rozpáleném olivovém oleji, do kterého jsme přidali rozmarýn. Osmažené obdélníčky vyndáme na talíř s ubrouskem, který odsaje přebytečný tuk a můžeme podávat.
Krůtí prsa omyjeme, osušíme, nakrájíme na plátky, naklepeme hřbetem ruky, osolíme a posypeme

směsí koření. Na pánev si dáme olivový olej, na kterém zprudka opečeme okořeněné krůtí plátky. Hotová prsa podáváme s osmaženou polentou a čerstvou nebo v páře vařenou zeleninou.