



МЕКСИКАНСКИ “ДЖОБ” С ПИЛЕ, ЛУК И ЧУШКИ

ВРЕМЕ ЗА ПОДГОТОВКА И ГОТВЕНЕ: 30 МИНУТИ

СЪСТАВКИ

- 1 чаена лъжица опушен червен пипер
- 1 чаена лъжица смян кимион
- 1/2 чаена лъжица кориандър
- 1/2 чаена лъжица сушен риган
- 2 консервирани чушки Chipotle , в сос adobo
- 1 супена лъжица доматино пюре
- 1 щипка пудра захар
- 2 супени лъжици лимонов сок
- 100 мл топла вода; плюс допълнително вода, ако е необходимо
- 3 супени лъжици слънчогледово олио
- 2 големи пилешки гърди без кожа, нарязани
- 1 голяма червена и 1 голяма зелена чушка, и двете почистени, без семе и нарязани
- 1 глава червен лук, нарязана
- 4 пшеничени тортили
- Сол; прясно смян черен пипер

МЕТОД НА ПОДГОТОВКА

1. Комбинирайте подправките, билките, чушките chipotle, доматино пюре, захарта, лимоновия сок и водата в блендер. Смесете на висока скорост до постигането на гладка консистенция; добавете вода, ако е необходимо за постигане на гладка смес.
2. Нагрейте 2 супени лъжици олио в iCook уока на средна температура до нагряване. Добавете пилето с малко сол и черен пипер, като го сотирате за около 6-8 минути. Извадете пилето от уока.
3. Добавете останалото олио към уока, след което добавете чушките, лука и щипка сол. Сотирайте за 4-5 минути до омекване преди да върнете пилето в тигана.
4. Изсипете подготовения сос от стъпка 1. Оставете да къкри и варете в продължение на 3-4 минути, докато сместа попие по пилето и зеленчуците. Подправете на вкус със сол и черен пипер.
5. Затоплете тортилите в сух тиган за пържене iCook. Напълнете с пилето и зеленчуците преди да “захлупите” тортилите и сервирайте.