

Grejpfrut: Osvežavajuća piletina sa grejpom i ledeni jogurt

Osvežavajuća piletina sa grejpom

4 pileća karabataka
200 g seckane pančete
1 crveni grejpfrut
2 kašike meda
2 kašike pavlake za kuvanje
3 kašike belog vina
so
biber
semenke nara za dekoraciju

Način pripreme

Zagrejati rernu na 200° C. Piletinu začiniti solju i biberom. Zagrejate pančetu na umerenoj vatri dok ne porumeni i karamelizuje se, oko 3-4 minuta, pa skloniti. Smanjiti toplotu na najnižu i pržiti pileće karabatake, kožom okrenutom nadole. Pržiti na laganoj vatri 10 minuta da pileća koža porumeni. Dok se piletina prži, nožem isfilirati grejpfrut . U odgovarajući pleh rasporediti komadiće pržene pančete, pa staviti karabatake tako da strana kože bude sa gornje strane i dodati belo vino, grejp i pavlaku. Ubaciti u rernu i peći 20 minuta. Izvadite iz rerne i premazati medom ravnomerno preko mesa. Vratite u rernu i peći 10 minuta na 75C. Gotove karabatake servirati i ukrasiti semenkama nara.

Ledeni jogurt od vanile sa medenim ružičastim grejpom

200 g smeđeg šećera
1 mahuna vanile
500 g grčkog jogurta

Medeni roze grejpfrut

3 roze grejpfruta
4 kašike bistrog meda

Način pripreme

Staviti šećer u posudu, a zatim prstima utrljati seme vanile da se ravnomerno pomešaju. Umutiti mikserom jogurt dok se šećer ne otopi. Sipati jogurt u posudu za zamrzavanje i zamrzavati ga 4-6 sati, temeljno mešajući svakih sat vremena. U međuvremenu, obložiti kalup za hleb od 1 kg prozirnom folijom.

Kašikom sipati mekani smrznuti jogurt u kalup, prekriti drugim komadom prozirne folije, a zatim zamrzavati najmanje 4 sata, dok se ne stegne. Isfiltrirati 1 grejp, 2 iscediti – trebalo bi da dobijete oko 200 ml. Staviti sok u malu šerpu sa medom, kuvati 10-15 minuta dok se ne zgusne i postane sirupast, umešati filtrirane delove, a zatim ostavite da se ohladi. Uzeti ledeni jogurt iz zamrzivača oko 10 minuta pre nego što želite da ga servirate. Iseći na kriške i poslužiti sa grejpfrutom i sosom.