

# **Konfitiranje – stara tehnika čuvanja namirnica: Gastronomad – nova epizoda u subotu, 9. novembra, u 14:50, na RTS 1**

Konfitiranje je nastalo u vremenima kada nisu postojali ni frižideri, ni zamrzivači. Tehnika se zasniva na kuvanju povrća, mesa, ribe i drugih namirnica bogatih belančevinama. Namirnice se mogu kuvati u masnoći životinjskog ili biljnog porekla, a optimalna temperatura je oko 90 – 95 stepeni. Kuvanje zahteva vremenski period od par sati. Konfitiranjem se oslobađa višak masti, tako da nam ostaje meso sa malim procentom masnoće. Posle pečenja namirnica se može čuvati u ohlađenoj masti u kojoj se pekla i na taj način može joj se produžiti rok trajanja. Jednom korišćena mast može više puta da se koristi.

Naš gastronomad Nikola Vučković naučiće gledaoce ovoj, pomalo zaboravljenoj, tehnici i pripremiti konfitirane pileće batak sa francuskim krompir pireom i sosom od crvenog vina i brusnica. Prijatno gledanje!