Vistas tortiljas Satay mērcē

4 30-45 MIN

Nepieciešams:

4 vistas krūtiņas

4 Tortiljas

Svaigu salātu MIX pēc izvēles, piemēram: baltie redīsi, burkāni, gurķis, koriandrs, piparmētra, laims, grauzdētas sezama sēklas

Marinādei:

200 g Bambusa dzinumi (piemēram, Exotic Food Bamboo Shoot in water)

300 ml kokosriekstu piena

Sula no viena laima

2 ēdamkarotes sarkanā karija

Pāris ķiploka daiviņas un/vai viens sarkanais sīpols

Satay mērcei:

150ml zemesriekstu sviesta

100ml kokosriekstu piena

2 ēdamkarotes sarkanā karija

½ tējkarote maltu ķimeņu

1.5 ēdamkarotes cukura

Viena laima sula

1.5 ēdamkarote zivju mērces vai tai līdzīgas

Pagatavošana:

1. Gatavojiet marinādi - sajauciet kokosriekstu pienu, bambusa dzinumus, laima sulu un sarkano kariju. Pievienojiet saspiestas ķiploka daiviņas vai nelielu sakapātu sarkano sīpolu.

2. Ievietojiet vistu marinādē un ļaujiet ievilkties kā minimums pusstundu. Atkarībā no tā, cik izteiktu marinādes garšu vēlaties, vistu varat likt vai nu veselos gabalos, vai sagriezt mazākos.

3. Sagatavojiet Satay zemesriekstu mērci - sajauciet visas sastāvdaļas un pievienojiet garšvielas pēc garšas.

4. Uzsildiet grilu. Uzduriet vistas filejas uz iesmiņiem un apcepiet uz restēm aptuveni 6-8 minūtes no katras puses.

5. Vienlaikus uzsildiet tortiljas. Tās nedrīkst pārgrauzdēt, citādi neizdosies sarullēt.

6. Piepildiet tortiljas: izkārtojiet salātus, vistas fileju gabaliņos un zemesriekstu mērci, satiniet.