



KÜPSETATUD TORTILJAKORVID IDAMAISE TÄIDISEGA

Retsept: Grete Šillis

Valmistamine

4-le inimesele Kalla kastrulisse riis, lisa vesi. Aseta kastrul kuumale pliidiplaadile ja keeda riisi umbes 15 minutit. Kuumuta pann, lisa oliiviõli ja prae kanafileed mõlemalt poolt umbes 1–2 minutit kuni filee on muutunud kuldseks. Eemalda valminud kanafilee pannilt ja lõika ribadeks. Kuumuta pann, lisa oliiviõli ja külmutatud köögiviljade segu. Prae pannil kergelt köögivilju umbes 5–6 minutit ja lisa seejärel india pähklid. Rösti pähkleid 3–4 minutit. Lisa juurviljade ja pähklite hulka, kanafilee ribad, keedetud riis ning soja ja tšillikaste. Sega komponente kergelt pannil umbes 1–2 minutit ja keera kuumus maha. Lase segul kaane all haududa veel vähemalt 5 minutit. Võta ahjuvorm ja pane tortilja vormi põhja, veendu, et tortilja ääred ei ulatuks ahjuvormist üle. Tee kahvliga tortilja põhjale rohkesti auke. Kuumuta ahi 200 kraadini ja asetada vormis olev tortilja umbes 3–4 minutiks ahju. Krõbedama tulemuse saamiseks võib tortiljat ahjus hoida ka veidi kauem – umbes 5–6 minutit). Võta ahjust tulnud kausikujuline tortilja ja asetada selle põhjale idamaine täidis. Kaunista idamaine täidist värskelt hakitud käharpeterselliga.

- 1 dl Veski Mati Basmati ja metsiku riisi segu
- 2 dl vett
- 2 dl külmutatud köögiviljade segu (paprika, porgand, brokoli, seened, herned)
- peotäis india pähkleid
- 2 spl Asian Wok Soy & Sweet Chili kastet
- punt käharpeterselli
- 100 g broilerifileest lehtpihvi
- oliiviõli praadimiseks
- 4 tortiljat