TORTILJE SA PILETINOM I POVRĆEM

Sastojci:

- 4 tortilje
- 300gr pilećeg belog mesa
- 100gr kukuruza šećerca
- 1 crvena paprika
- 1 zelena paprika
- 1 šargarepa
- ½ glavice zelene salate
- sok od ½ limuna
- 2 kašike posnog majoneza
- 2 kašike gušćeg jogurta
- so, biljni začini po ukusu
- malo maslinovog ulja



SASTOJCI ZA TORTILJE BEZ KVASCA:

- 300gr integralnog pšeničnog brašna
- 1 kašičica soli
- ½ kesice raška za pecivo
- 50ml maslinovog ulja
- 200ml tople vode

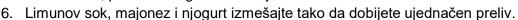
Priprema tortilja:

1. Najpre u posudi pomešajte prvo suve sastojke, tj. brašno, so I prašak za pecivo, a potom dodajte maslinovo ulje.

- 2. Vodu dodajte postepeno I mesite, tako da dobijete meko testo, koje se ne lepi za ruke.
- Koliko ćete tačno vode potrošiti, zavisi od toga koju ćete vrstu brašna koristiti. Umesto integralnog pšeničnog, možete iskoristiti speltino, ali u tom slučaju takođe postepeno dodajte vodu I partite kakve je gustine testo.
- 4. Uvek možete dodati malo više brašna, ili vode, kako biste dobili odgovarajuću gustinu.
- 5. Probala sam sa različitim vrstama brašna, I ova 2 su mi se pokazala odličnim. Oni se mogu mesiti sami, bez dodatka belog brašna, dok sam druga integralna brašna morala da mešam sa belim brašnom, kako bi tortilje bile mekane, I kako ne bi pucale. Oljuštiti tikvicu I iseći je na šnite.

Priprema:

- 1. Prvo pripremite povrće operite, očistite i skuvajte ono što je potrebno.
- 2. U ovom slučaju skuvam kukuruz, a ostalo povrće očistim i iseckam. Tačnije, papriku i zelenu salatu iseckam, a šargarepu izrendam.
- 3. Što više sirovog povrća, to bolje. Ne mora tako da bude, možete sve da skuvate, ukoliko više volite.
- 4. Belo meso takođe načešće skuvam, ili propržim malo na maslinovom ulju. I tu vam je ostavljen izbor.
- 5. Kako su sastojci spremni, pomešajte ih. Začinite po ukusu takođe, a ja najčešće dodam malo kari začina i soli, ponekad origano ili bosiljak.



- Sada, tortilje punite pripremljenim povrćem i mesom.
- Zatim prelijte pripremljenim prelivom.
- Urolajte ili umotajte ih onako kako vama odgovara.

P.S. Povrće koje sam navela najčešće koristim, međutim, bude tu često izmena. Svo povrće dolazi u obzir, a najviše, svakako, ono koje vi najviše volite, pa tako, ako vam se ova kombinacija ne dopada, pripremite povrće koje vi volite.

Prijatno!