


# Tacosi s piletinom

 NAČIN PRIPREME  
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME  
< 60 min

 BROJ PORCIJA  
4 osobe

## Sastojci

### Za piletinu:

2 filea od pilećih prsa  
1 dl soka od naranče (od jedne veće naranče)  
korica ½ naranče  
1 žličica češnjaka u prahu  
1 žličica dimljene paprike  
1 žličica origana  
1 žličica chilija u prahu (mješavina začina)  
½ žličice soli  
¼ žličice crnog papra  
20 ml K plus maslinovog ulja

### Za salsu:

½ malog luka (~25 g)  
¼ žličice chilija u prahu (ili po želji)  
20 ml soka od limete  
korica ½ limete  
½ žličice smeđeg šećera  
4 male ili 2 velike rajčice (~200 g)  
1 žlica sitno sjeckanog svježeg korijandera ili peršina  
prstohvat soli

### Za kremu od avokada:

2 zrela avokada  
15 ml soka od limuna  
10 ml (1 žlica) K plus maslinovog ulja  
¼ žličice češnjaka u prahu  
prstohvat soli  
salata  
tortilje

## Nutritivne vrijednosti

## Skeniraj za prikaz na web stranici



Tacose s piletinom na slici pripremila je Maja Šuput u kulinarskoj emisiji *Kuhinje svijeta* #skuhanodoma koju možete pogledati na kanalu našem YouTube

Recept by eardur

Pomiješajte sve sastojke za marinadu dok se dobro ne sjedine pa dodajte piletinu u marinadu i ostavite da se marinira u hladnjaku dok pripremite salsu.

U zdjeli pomiješajte sitno sjeckani luk, chili, sok od limete, smeđi šećer i sol. Ostavite da se luk marinira oko 5 minuta dok nasjeckate rajčice i peršin ili korijander. U zdjelu dodajte nasjeckanu rajčicu i začinsku travu pa promiješajte da sve sjedini. Probajte salsu i dodajte još soli ako je potrebno.

Avokado prepolovite, izvadite košticu i izdubite pa vilicom zgnječite s limunovim sokom, maslinovim uljem, te začinite sa soli i češnjakom u prahu.

Piletinu izvadite iz marinade. Zagrijte tavu na jačoj srednjoj vatri, dodajte malo maslinovog ulja pa pecite piletinu sa svake strane oko 8 minuta (ukupno 16). Radite tako da svako 3 minute preokrenete piletinu da se ravnomjerno peče i ne zagara.

Izvadite piletinu s grill tave, prekrijte tanjurom ili aluminijskom folijom i ostavite da odstoji 5 minuta prije nego je narežete na komadiće.

Tortilju lagano smočite i tostirajte na malo ulja. Napunite piletinom, salsom, kremom od avokada i salatam.

Video recept pogledajte u zabavnoj kulinarskoj emisiji *Kuhinje svijeta* na našem YouTube kanalu.

Dobar tek!

