

# PALAČINKE PUNJENE PILEĆIM MESOM I PEČURKAMA

Palačinke s odličnim filom: krto meso peradi sa šampinjonima u kremastom sosu ! 4 porcije

Potrebno je:

Za palačinke:

1 manja hemijski netretirana pomorandža

150g mekog brašna

3 jaja, ½ kašičice soli

10 grančica timijana

50g rastopljenog butera

375 ml mleka

Buter ili ulje za prženje

Za fil:

5 strukova mladog crnog luka

250g šampinjona

2 kašike limunovog soka

500g pilećeg belog mesa

2 kašike ulja, so i biber

200g kisele pavlake

1. Pomorandžu oprati u vrućoj vodi i osušiti. Narendati koru, iscediti sok i ostaviti sa strane za pripremu fila. Ulupati brašno, jaja, koru pomorandže, so i listiće otkinute sa dve grančice timijana. Naizmenično dodavati rastopljeni buter i mleko da bi se dobilo polutečeno testo bez grudvica. Ostaviti da prekriveno odstoji 30 minuta.

2. Mladi luk očistiti, oprati i iseckati na tanke kolutiće. Pečurke očistiti, obrisati vlažnom krpom i iseći na tanke listice, koje treba odmah poprskati limunovim sokom.

3. Belo meso iseći na trake. Zagrejati jednu kašiku ulja i meso brzo propržiti sa svih strana. Posoliti, izvaditi iz tiganja i ostaviti sa strane. Zagrejati ostatak ulja i pečurke naglo pržiti 5 minuta. Posle 3 minuta dodati mladi luk. Na kraju umešati pileće meso i fil dovršiti prema uputstvu desno.

4. U vrućoj masti ispeći 8 palačinki, napuniti ih i poslužiti.

Varijanta:

Možemo belo brašno zameniti integralnim pšeničnim brašnom i dodati povrće.

Hranljiva vrednost jedne porcije:

450 kcal

22g belančevina, 27g masti, 28g ugljenih hidrata

Naš savet

**Testo za palačinke**

treba posle mešanja ostaviti da odstoji 30 minuta da bi bilo laganije, vazdušastije.

**Za fil**

Izmešati sok pomorandže s kiselom pavlakom i ostaviti da se nepoklopljeno lagano kuva. Posoliti i po želji pobiberiti.



Vreme pripreme:

50 minuta