

MENU

OBLÚBENÁ HYDINA

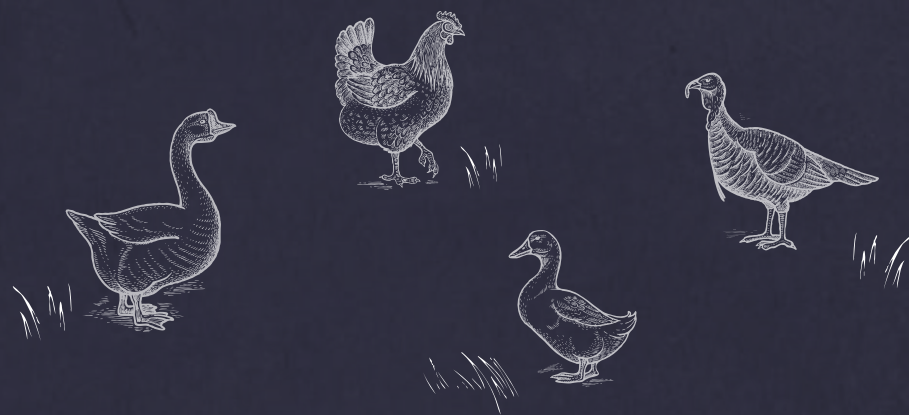


Unilever
Food
Solutions

PREČO PRÁVE HYDINA?

Je jednoduché očariť zákazníka vynikajúcim jedlom. Umenie je ohúriť ho jednoduchými a známymi ingredienciami, ktorých kombinácia chutí a vhodná úprava spôsobia, že hosť bude netrpezlivo čakať na ďalšiu návštevu. Aby sme splnili túto výzvu, naši šéfkuchári hľadali surovinu, ktorú majú radi Slováci a ktorá bude mať nielen výživovú hodnotu, ale aj nedocenený potenciál chuťových hodnôt. Výber padol na hydinu.

Nájdete ju v každej zemepisnej šírke, krajine aj náboženstve. Vyprážaná, pečená, varená, grilovaná, dusená. Je ľahko dostupná, nestojí veľa a dá sa rýchlo pripraviť. Biele mäso z kurčiat, sliepok a moriek a červené mäso z husí a kačiek sa líši svojimi vlastnosťami, tradíciami a zvykmi spojenými s ich konzumáciou. Vďaka vhodnej technike a šikovnej kombinácii prísad sa môže stať najcennejšou položkou v ponuke. Využite v každodennej práci vedomosti šéfkuchárov z kuchyne Unilever Food Solutions, pripravené v brožúre, ktorí sa podelia o svoje skúsenosti a vezmú vás na cestu chutí, foodpairingu (foodpairing – párovanie potravín), techník a inšpirujúcich receptov.



OBSAH

PÁROVANIE JEDLA	4
AKO PRISPÔSOBIŤ KULINÁRSKE TECHNIKY K RÔZNYM DRUHOV HYDINY	6
AKO PRISPÔSOBIŤ KULINÁRSKE TECHNIKY K RÔZNYM DRUHOV HYDINY	8
JE VHODNÉ POUŽÍVAŤ VNÚTORNOSTI?	10
AKO SI VYBRAT' KVALITNÚ HYDINU?	11
KURA CORDON BLEU	12
MAĎARSKÝ PAPRIKÁŠ Z KURAŤA S TAGLIATELLE	14
RIZOTO ALLA MILANESE S BBQ KURAŤOM	16
MORČACIE PLÁTKY S BROSKYŇOVÝM CHUTNEY A CUKINOU	18
KURA V LÍSTKOVOM CESTE S PIKANTNOU PARADAJKOVO-PAPRIKOVOU OMÁČKOU A GLAZOVANOU ZELENINOU	20
KONFITOVANÁ KAČICA S KNEDLOU	22
RAVIOLI S KAČICOU A MASLOVOU OMÁČKOU S PARMEZÁNOM A CITRÓNOM	24
KURA V CHRUMKAVOM CESTÍČKU S OMÁČKAMI: TATÁRSKOU, BBQ, MEDOVO-HORČICOVOU	26
KURACÍ REZEŇ MARINOVANÝ V CITRÓNE S GRILOVANOU POLENTOU A ŠPENÁTOVÝM ŠALÁTOM	28
NAŠE PRODUKTY	30

ČO JE TO CHUŤ?

Existujú všeobecné vzorce, ktoré umožnia, že bude jedlo chutiť takmer každému? Heston Blumenthal hľadal vedeckú odpoveď na túto otázku, keď zistil, aké dokonalé je spojenie bielej čokolády a kaviáru. Ukázalo sa, že to nie je náhoda: chuťovo vhodné suroviny ukázali aj podobnosť na úrovni „atómov“ (molekúl). Takto sa začal v kulinárstve využívať foodpairing: metóda predkladajúca kompozície, ktoré poskytujú príjemné pocity chuti na základe molekulárnej analýzy. Ak chcete ušetriť čas, a vytvárať kreatívne jedlá, využite jej zásady. Pozrite sa, aké suroviny sa najlepšie kombinujú s kuracím, morčacím a kačacím mäsom. Dozviete sa aj, ktoré koreniny, bylinky, zeleninu a ovocie kombinovať s konkrétnym druhom mäsa.

ČO JE VHODNÉ KU KURACIEMU MÄSU?



Kuracie mäso výborne absorbuje výrazné chute, a vďaka ním nie je mdlé. Buďte však opatrní, aby ste koreninami neprekryli jeho jemné mäso. Ak mu chcete dodať lesnú príchuť, použite pre poľskú kuchyňu charakteristickú kombináciu smotany, hríbov a cibule, ktorej robustná a silná chuť dokonale ladí s hustými omáčkami, ktoré výborne obohatia chuť mäsa. V stredomorskej kuchyni stavte na sekaný tymian, ktorého sladko-horká chuť dodá nádych bylinnej arómy, pridajte aj kôru a šťavu z citróna, aby sa z nej uvoľnilo bohatstvo aróm. V ázijských verziách je ťažké nahradiť kombináciu čili a citrónovej trávy, ktoré môžete podávať s jazmínovou ryžou. Citrónová chuť trávy s nádychom mäty a zázvoru a sviežou vôňou, ako aj pikantné a výrazné čili dodajú mäsu požadovanú chuť a sviežosť.

ČO JE VHODNÉ K MORČACIEMU MÄSU?



Jemná chuť morčacieho mäsa je ako chameleón, ktorý prostredníctvom šikovného párovania s inými surovinami môže nadobudnúť širokú škálu chutí. Použite soľ, korenie a cesnak ako základ, ktorý mu dodá jemnú chuť a šťavnatosť. Ak chcete získať chuť diviny, k stehnám pridajte bobkový list a borievku. Perfektnú chuť zaručia papriky (ostrá a sladká) v kombinácii s mletou rascou. Ak chcete vytvoriť skvelé jedlo, ktoré bude zdôrazňovať lahodnú chuť mäsa, spojte med, citrónovú šťavu, nakrájaný zázvor a zmes indických korenín (madras, karí, tikkamasala). Pri príprave morčacieho mäsa treba tiež pamätať na šalviu, ktorá mu v kombinácii s cibuľou dodá výraznú a robustnú chuť. Okrem toho je morčacie mäso skvelé aj v kombinácii s bylinkami a ovocím. Ideálnu kombináciu tvorí krémová, sladká aróma sušených marhúľ s pikantným čili, alebo pomaranče s tymianom, ktoré mäsu dodajú výnimočnú sviežosť a chuť.

FOODPAIRING, ALEBO AKO NÁJSŤ VZOREC NA IDEÁLNE JEDLO Z HYDINY

ČO SA HODÍ KU KAČKE?



Kačka má mäso so silnou vôňou, preto ho možno kombinovať so silnými chuťami, slanými aj sladkými, najmä s ovocím. Kačacie prsia budú vynikajúce s omáčkou z pomarančov, brusníc, čučoriedok a mnohých ďalších kyslých druhov ovocia. Ak vám je blízka ázijská kuchyňa, používajte v šaláte kombináciu kačky s červeným grapefruitom a pomelom, ktorý spája ovocný charakter s výrazným bylinkovým nádychom a vyváži chuť kačky. Ak chcete zdôrazniť citrusovú chuť, pridajte ovocie yuzu a doplňte medom.

ZELENINA



Pri hľadaní vhodnej zeleniny, ktorá sa hodí k hydine, vyberte tú, ktorá má jemnú chuť. Ideálnou voľbou sú, okrem iných, zemiaky, špenát, brokolica, karfiol, ružičkový kel, špargľa alebo fazuľa. Pri zostavovaní jedla venujte pozornosť technike varenia. Ak podávate napr. pečené kurča, servírujte ho s chrumkavým šalátom. Aby bolo mäso šťavnaté a ostré, nezabúdajte na cesnak. Delikátnejšiu vôňu získate tak, ak ho vložíte na chvíľu do horúceho oleja (ale dávajte pozor, aby sa neskaramelizoval, pretože bude príliš horký). Ak chcete, aby pečené mäso prešlo metamorfózou chuti, pripravte ho na provensálsky spôsob a pridajte k nemu 40 neošúpaných strúčikov cesnaku. Ak chcete z cesnaku vytlačiť maximálne množstvo chuti, nakrájajte ho a vytlačte. Ideálne sa hodí s tymianom, bazalkou, cibuľou alebo rozmarínom.

Foodpairing sa dá použiť všade, na mnohých rôznych úrovniach. Pri príprave hot-dogu skombinujte kurča, tekvicu, jablko, paradajky a karí, takýmto spôsobom získate fúziu delikátnej sladkosti, jemnej pikantnosti a hĺbky chuti, ktorá extrahuje kyselinu glutámovú obsiahnutú v paradajkách. Foodpairing je možné použiť na hľadanie náhrady surovín, najmä tých sezónnych. Príklad: niektorí šéfkuchári používajú zámenu jahôd a paradajok, pretože obe obsahujú furanol, ktorý je zodpovedný za chuť jahôd.

Ako prispôbiť kulinárske techniky k rôznym druhom hydiny

VARENIE  je spôsob tepelnej úpravy potravín, ktorý spája zdroj jedla, techniku spracovania, tradíciu a kompozíciu do neoddeliteľného celku. Ak chcete pripraviť jedlo s použitím hydínového mäsa, treba vedieť, ako spôsoby varenia ovplyvňujú rôzne druhy hydiny a získavajú z nich to najlepšie. Dozvedte sa, ako si vybrať správnu kulinársku techniku k danému druhu mäsa. Oboznámte sa s najdôležitejšími parametrami prípravy varených, dusených, vyprážaných a pečených jedál, s osobitným dôrazom na marinovanie, ktoré je pre hydinu kľúčové.

Všetky druhy hydiny, tak mäso, ako aj vnútornosti, môžu byť pripravované varením aj dusením. V prípade varenia treba mať na pamäti predovšetkým to, že spôsob varenia závisí od konečného jedla. Ak chcete získať chutné a šťavnaté mäso, vložte ho do vriacej vody. Ak chcete, aby mäso dodalo chuť, keď pripravujete silný vývar – vložte mäso do studenej vody. Zatiaľ čo dusenie spočíva vo varení v malom množstve vody s pridaním tuku, ktorý je nositeľom chuti. Vzhľadom na vyššiu teplotu ako pri varení, dusiť môžete ťažšie kusy. Dusenie je ideálne na tie časti mäsa, ktoré majú silnú a zrelú chuť, pretože ho vyrovnáva s vôňami pochádzajúcimi z omáčky. Čím sú kúsky menšie, tým rýchlejšie je mäso tepelne upravené. Najväčšou výhodou dusenia je, že môžete jedlo pripraviť vopred, a jedlo chuť časom oraz lepšie, čo vám ušetrí čas počas servírovania.

V prípade **SMAŽENIA**  je najlepšie, ak použijete marinované kúsky mäsa (prsia, nohy, krídla, vnútornosti). Táto technika umožňuje získať šťavnaté, aromatické mäso v chrumkavej kôrke. Aby mäso nebolo príliš suché, treba dodržať krátku dobu smaženia (kým sa zrazia bielkoviny) a správnu hrúbku mäsa tak, aby plátky neboli príliš tenké. Umyté, osušené a okorenené mäso môžete priamo vyprážať na ľubovoľnom oleji, alebo obaliť vo vajíčku, v strúhanke alebo múke. Teplota vnútri dosahuje približne 77 °C a nesmie prekročiť 80 °C.

Na **PEČENIE**  sú najvhodnejšie mladé kusy mäsa. Hydina sa pečie relatívne dlho, ak chcete zrýchliť tento proces, treba ju natrieť tukom a prikryť v žiaruvzdornej nádobe. Ak chcete mať šťavnaté mäso, použite fóliu na pečenie. Ak je hydina plnená, doba pečenia sa predĺži o 1/3. Mäso je upečené vtedy, keď po pichnutí doň vyteká priehľadná šťava. Mastná hydina, ako napr. kačica, nepotrebuje dodatočný tuk. Stačí ju podlievať vodou, takže po odparení sa celok pečie vo vlastnom tuku.

Hlavnou výhodou **GRILOVANIA**  je, že je mäso pripravené bez oleja a počas spracovania sa z neho vytopí až o 20 % viac tuku. Na grilovanie je najvhodnejšie chudé mäso, medzi hydinou kraluje kurča. Mäso nemôže byť grilované príliš dlho, pretože bude suché. Teplota v jeho najhrubšom mieste (bez dotyku kosti) by mala byť 75 – 80 °C.

SOUS VIDE
(ČÍTAJTE SÚ VÍD). TÁTO
METÓDA SPOČÍVA VO „VARENÍ“
V TESNE UZAVRETEJ FÓLII
(VO VÁKUOVÝCH VRECKÁCH)
VO VODNOM KÚPELI A PRI
PRESNE STANOVENEJ
TEPLOTE.

Vďaka tomu je mäso rovnomerne pripravené, zachováva vitamíny a stopové prvky, a navyše stráca menej hmotnosti ako pri iných tepelných úpravách. Hydina sa varí pri teplote 65 – 71 °C po dobu od 30 minút až približne do 8 hodín.

Technika, ktorá môže byť použitá v spojení s ostatnými, obohacuje chuť hydiny a dodáva jedlám krehkosť, šťavnatosť a mäkkosť, je marinovanie, ktoré taktiež chráni mäso a má baktericídne vlastnosti.

Mokré marinády sa pripravujú na báze potravinových kyselín, vína, oleja, masla a kyslého mlieka. Kyslé suroviny zmäčkujú mäso (citrón, ocot, cmar), olej spája suroviny marinády, a trochu cukru alebo medu spôsobuje, že mäso má pri úprave peknú hnedú farbu. Pridanie zeleniny a bylín dodáva chuť a arómu. Ak chcete dosiahnuť vždy rovnakú kvalitu marinovania, vyskúšajte Knorr marinádu na hydinu, ktorá má špeciálne vyvinuté zloženie bylín a zeleniny.

Pamätajte, že by ste nemali marinovať hlboko zmrazené mäso, pretože zbytočne rozriedi marinádu. Pri zalievaní mäsa marinádou dbajte, aby ste ho úplne zakryli. Takto pripravené mäso uchovávajte pri nízkej teplote, najlepšie v chladničke, a občas premiešajte jej obsah. Ak má mäso kožu, treba ju prepichnúť, aby sa marináda dostala dovnútra. Všetko zakryte potravinovou fóliou tak, aby neprechádzali vône. Mäso mladých zvierat nevyžaduje marinovanie.

..... Ako prispôbiť kulinárske techniky k rôznym druhom hydiny



Pri **VARENÍ** alebo **VYPRÁŽANÍ** hydinového mäsa sa oplatí vyskúšať slaný nálev ako marinádu. Pred spracovaním vložte mäso do vody so soľou, pridajte trochu cukru, bylinky a koreniny, ktoré mu dodajú chuť. Pri spracovaní jednotlivých častí môžete marinádou natrieť porcie mäsa. Pri príprave kuracích filiet dosiahnete skvelú chuť kombináciou olivového oleja a citrónovej šťavy, ktorej chuť môžete obohatiť bazalkovou Primerbou. Takto pripravenou marinádou natrite plátky mäsa, a potom vložte na pol hodiny do chladničky. Nič vám nebráni v tom, aby ste marinádu spojili s omáčkou. Takáto fúzia je výborná v americkej pochúťke, akou sú krídelka v omáčke Barbecue. Krídelka ponorte na noc do marinády z medu, octu, sójovej omáčky, cesnaku, čierneho korenia a papriky, potom ich natrite marinádou, čím vytvoríte lesklú glazúru, ktorej chuť sa krásne rozplýva. Marinády sú tiež ideálne na pečenie mäsa. Na pečené morčacie filety to môže byť marináda zo sójovej omáčky, medu, vínneho octu a slivkového lekváru (alebo lekváru z iného ovocia). Kačacie prsia výborne chutia v orientálnej verzii, v marináde z cesnaku, zázvoru, anízu, medu a sójovej omáčky. Pri marinovaní nezabúdajte, že mäso chutí tým, čím ho dochutíte, preto starostlivo vyberajte prísady.

Pri príprave **KAČKY**  treba mať na pamäti, že obsahuje viac tuku, a nie je taká jemná ako kuracie alebo morčacie mäso. Je vhodná na vyprážané, pečené, dusené a varené jedlá. Kačacie prsia položte na chladnú, suchú panvicu s kožou dole, aby sa z nej vytopil tuk a vznikla chrumkavá kôrka. Smažte asi 15 minút, druhú stranu – 10 minút, prípadne mierne poduste po dobu 30 minút. Filety z kačacích prs smažte po dobu 15 minút na strednej teplote, pridajte 2 lyžice oleja na panvicu na každú filetu, prípadne mierne poduste 10 minút. Kačacie stehná smažte približne 35 – 40 minút, po 15 – 20 minút z oboch strán, pri strednej teplote. Môžete ich aj opražiť z oboch strán a potom dusiť prikryté so zeleninou asi 40 minút. Kačacie krídla smažte 15 minút na strednom ohni, a potom duste na nízkej teplote 10 minút. Pečená kačka s hmotnosťou 1,5 kg vyžaduje 30 minút pri teplote 220 °C, a potom 60 minút pri teplote 170 °C počas zostávajúceho času. Klasickou súčasťou francúzskej kuchyne je konfitovaná kačka, ktorú si môžete pripraviť prikrytú pomalým varením, zaliatu husacím alebo kačacím tukom, na minimálnom ohni počas 2 – 3 hodín, alebo ju môžete piecť 4 hodiny pri teplote 120 °C.

Ak chcete pripraviť **MORIAKA**,  aj keď je najjednoduchšie pripraviť pečeného moriaka, treba dávať pozor, aby ste ho nespálili. Aby ste neurobili túto chybu, treba ho vopred marinovať a použiť správnu teplotu. Práve marináda a nízka teplota pečenia pohybujúca sa na úrovni 160 – 180 °C spôsobia, že pečené mäso nebude suché. Moriaka treba piecť toľko hodín, koľko váži, a každý kilogram mäsa sa pečie 40 minút, ak je plnený – potom je to približne 60 minút na kilogram. Doba smaženia závisí od veľkosti pripravovanej porcie. Najkratšie sa smažia morčacie filety, a najdlhšie stehná. Pri grilovaní moriaka je potrebné zachovať rovnomernú teplotu v rozmedzí 175 – 230 °C. Mäso bude „hotové“ vtedy, keď teplota v najhrubšom mieste stehna pri kosti (teplomer sa nemôže dotýkať kosti) dosiahne 75 °C.

Nič tak nechutí na **KURČATI**,  ako hnedá a chrumkavá kôrka. Ak ju chcete získať, treba opražiť porcie na vysokej teplote. Čas prípravy jednotlivých častí závisí od veľkosti a druhu mäsa. Kuracie prsia nakrájané na kocky treba smažiť bez prikrytia asi 20 minút, na strednom ohni. Rezne z jednotlivých filiet z kuracích prs vyprážajte približne 7 – 10 minút z každej strany. Kuracie stehná po dobu asi 10 minút bez prikrytia, z oboch strán. Môžete tiež znížiť oheň a smažiť po dobu 10 minút pod pokrievkou, často obracať alebo doliať niekoľko lyžíc vývaru alebo veľa paradajkovej šťavy, prikryť pokrievkou a dusiť po dobu najmenej 10 minút, v závislosti od veľkosti porcie. Kuracie krídla treba smažiť asi 30 minút na strednom ohni a otáčať ich každých 5 minút. Pečené kurča vo fólii alebo v tzv. „rukáve“, s hmotnosťou 2 kg, vyžaduje teplotu približne 200 °C po dobu 1,5 hodiny, a potom 15 minút bez fólie. 50 dag porcia vyžaduje teplotu 180 °C počas 45 minút na stehná, 45 minút na kuracie prsia a 50 minút a 190 °C na plnené kurča. Na grilovanie sú najvhodnejšie krídla, mäso s kosťou a dolná a horná časť stehna, ktoré sa tak nevysušia. Kurča vcelku necháme na rošte pod pokrievkou pri teplote 200 °C po dobu 1,5 hodiny, malé kúsky sa môžu grilovať priamo nad ohňom 1 – 14 minút.

Ako vidíte, každý druh mäsa môžeme pripraviť rôznymi technikami. Umenie je šikovne ich zladiť a nezabúdať na drobnosti, ktoré ovplyvňujú kvalitu jedla. Ako sa hovorí v kuchyni – všetko spočíva v detailoch.

Je vhodné používať vnútornosti?

**FOIE GRAS,
ZNÁMA Z FRANCÚZSKEJ
KUCHYNE, JE VYROBENÁ
Z MASTNEJ HUSACEJ
PEČENE!**

Najväčšou výhodou vnútorností nie je dostupnosť a cena, ale predovšetkým ich výnimočná chuť. Dávno zabudnuté vnútornosti sú čoraz populárnejšie. Ak chcete získať nových zákazníkov a prekvapiť pravidelných návštevníkov, oplatí sa ich mať vo svojej ponuke. Avšak, aby ste z nich dostali to najlepšie, zistíte, aké vnútornosti sú vhodné na použitie, a oboznámte sa s najdôležitejšími postupmi ich spracovania.

Z hľadiska výživy sú najcennejšie pečeň, obličky, jazyk, srdcia – zdroj živočíšnych bielkovín, kyseliny listovej, železa, vápnika, zinku a vitamínov. Pečienky sú obzvlášť cenné vďaka ľahkostráviteľným vysokohodnotným bielkovinám a množstvu vitamínov, preto sú v kuchyni široko používané. Môžu sa podávať surové, polosurové, vyprážané aj dusené. Obličky sú tiež cenným zdrojom vysokohodnotných bielkovín, ale už nie tak ľahko stráviteľných ako bielkoviny pečene. Keďže majú kompaktnú štruktúru, vyžadujú dlhšiu tepelnú úpravu, najčastejšie sú upravované varením alebo dusením. Jazyky a srdcia majú podobné vlastnosti. Pamätajte si, že vnútornosti treba pripravovať čerstvé, pretože majú vysoký obsah tekutín.

Hydinové vnútornosti sa najčastejšie používajú ako súčasť šalátov v kombinácii s omáčkou alebo ako dusený guláš. Dodávajú jedinečnú hĺbku chuti, ktorú by bolo ťažké získať z iných surovín. Varené na nízkej teplote sa ideálne dopĺňajú s cibuľou, mletým čiernym korením, novým korením, majoránom a bobkovým listom. Môžete ich aj **osmažiť**, prípadne obaliť v trojobale, a potom dusiť, a využiť ako surovinu do mnohých omáčok a plnených jedál. Doba smaženia závisí od veľkosti a ďalšieho spracovania, môže to byť približne 10 minút (pečeň), a približne 20 minút (srdcia a žalúdky). Vnútornosti sú tiež ideálnou surovinou do **paštét**. Zmiešajte ich s mäsom z vývaru, aby ste nevytvárali odpad. Ak vám viac záleží na ich výživovej hodnote ako na chuti, použite ich ako **súčasť plnky** – vo vajíčku, v mäsovej roláde alebo ako súčasť omáčky. Ak ste predtým nepoužívali vnútornosti, začnite s klasickým jedlom, akým je pečeň s jablkami. Ak hľadáte niečo menej tradičné, vyskúšajte opraženú pečeň v šašliku, a marinádou zlepšite jej chuť. Ak chcete vyvážiť chuť, pridajte osolenú pečeň počas posledných 10 minút varenia tak, aby svojou chuťou nedominovala celému jedlu a nestala sa horká a príliš tvrdá. Suroviny, ktoré sa chuťovo hodia k vnútornostiam: cesnak, cibuľa, paprika, mrkva, zeler, hríby, chren, cesnak, ovocie (jablká, pomaranče) a koreniny: čierne korenie, provensálske korenie, petržlen, bazalka, estragón, nové korenie, karí, koriander, majorán, bobkový list a horčica.

Napriek nevýhodám vnútorností, ktoré zahŕňajú vyšší obsah cholesterolu, purínov a vitamínu A, môžu byť aj naďalej cennou súčasťou ponuky. Preto ich používajte vo svojom menu, týmto spôsobom spestríte jedlá a zároveň začnete bojovať s plytvaním potravin v kuchyni.

Ako si vybrať kvalitnú hydinu?

Môžete mať skvelý recept a schopnosti, ale kvalita mäsa je polovica úspechu. Ako rozpoznať dobré mäso, aby poskytlo čo najviac chuti a výživovej hodnoty? Všetko sa týka dvoch najdôležitejších otázok: pôvodu a čerstvosti.

Pôvod mäsa je kľúčovým aspektom, pretože každý prvok chovateľského procesu ovplyvňuje jeho kvalitu. Keď je dôležitá nízka cena, voľba zvyčajne padá na priemyselný chov. Príkladom sú kurčatá – brojler, ktorých prírastok hmotnosti sa dosahuje vo veľmi krátkom čase (približne 35 – 42 dní). Ich chovné podmienky, v ktorých vládne umelé osvetlenie, tlačnica, priemyselné krmivo, ako aj nedostatok výbehu a prirodzeného svetla, spôsobujú horšiu kvalitu mäsa. V prípade moriakov z priemyselného chovu sú tieto podmienky zvyčajne relatívne lepšie. Potrebujú nielen viac času – asi 120 dní chovu, ale tiež netolerujú tlačnicu, čo znamená, že majú viac miesta ako kurčatá. Ak je kvalita dôležitejšia ako cena, treba sa pozrieť na priaznivejší chov. Patria k nim okrem iného ekologicky chované kurčatá a kurčatá z voľného výbehu. Ekologický chov kurčiat trvá najmenej 56 dní: majú viac miesta, prístup k prirodzenému svetlu, výbeh a lepšie krmivo. Kurčatá vo voľnom výbehu majú ešte lepšie podmienky. Ich cena je však najvyššia, pretože pochádzajú z certifikovaných chovov (fariem).

Kurčatá z ekologického chovu, ako aj kurčatá z voľného výbehu sú oveľa drahšie. Ak však majú zabezpečený stály pohyb, sú viac svalnaté, majú menej tukov a ich mäso je oveľa zdravšie, chutnejšie a je cenným zdrojom živín. Dôležité pre chuť mäsa je tiež to, čím je dané kurča kŕmené. Takže ak poznáte svojho dodávateľa, opýtajte sa ho, čo jedia jeho kurčatá. Ak môžete, použite overené zdroje, pretože obal a názov môžu byť niekedy zavádzajúce. Znakom kvality, ktorému treba venovať pozornosť, je certifikát systému kvality zaručených potravín QAFP. On garantuje, že hydinové mäso spĺňa základné povinnosti vo výrobnom procese, ktoré majú vplyv na bezpečnosť, podmienky chovu a kvalitu mäsa.

Ďalším kľúčovým bodom je čerstvosť. Kurča musí mať svetloružovú farbu, niekedy svetlobéžovú, kačka – béžovú alebo hnedo-červenú. Nekupujte mäso, ktoré je príliš tmavé alebo zelenkavé, alebo príliš svetlé, takmer biele mäso, pretože mohlo byť opakovane opláchnuté. Ak je koža žltá, suchá a popraskaná, tiež treba zachovať opatrnosť. Keď vyberáte kurča, všimnite si prítomnosť bielych blán a tukových prúžkov, ktoré môžu naznačovať ochorenie svalov. Mäso musí byť pevné a hladké. A predovšetkým – ovoňajte ho: ak vonia „škaredo“, nekupujte ho. Pri nákupe mäsa na trhovisku, a dokonca aj v supermarketoch, venujte pozornosť hygienickým podmienkam a skladovacej teplote, ktorá by mala dosiahnuť približne 4 °C.

Keď si už vyberiete čerstvé mäso správnej kvality, vznikne otázka: celé alebo porciované? Porciované mäso nám nepochybne šetrí čas, ktorý je hodný zlata. Na druhej strane je lacnejšie nakupovať na kilogramy ako na kusy. Keď kúpite mäso vcelku, naučíte sa ho aj porciovať, môžete ho potom vcelku upiecť, alebo použiť v menu a vytvárať jedlá aj z vnútorností. Pri rozhodovaní treba vziať do úvahy aj problematiku plytvania jedlom, ktorá je jedným z kľúčových faktorov v oblasti gastronómie. Ak pri kúpe mäsa vcelku vidíte, že časť z neho ide do koša, potom je lepšou voľbou porciované mäso.

KURA CORDON BLEU

Suroviny na 10 porcií

KURA:

Kuracie rezne	1,500 kg
Primerba záhradné bylinky Knorr Professional	0,040 kg
Žltý syr	0,200 kg
Varená šunka	0,300 kg

CESTÍČKO:

Vajcia	6 ks
Voda	0,100 l
Múka	0,080 kg
Soľ	podľa chuti
Strúhanka	0,400 kg
Rama Combi Profi	0,080 l

FAZUĽKA S PRÍCHUŤOU CIBULE:

Zelená fazuľka	1,000 kg
Knorr Primerba Opečená cibuľka	0,035 kg

PRÍLOHA:

Hranolky	1,200 kg
Trebuľka	na dekoráciu

Postup

KURA:

- Rezne očistíme, narežeme a rozložíme ako knižku, jemne naklepeme.
- Potrieme zmesou Primerba záhradné bylinky, položíme plátok syra a šunky. Mäso zložíme tak, aby bola plnka zakrytá.

CESTÍČKO:

- Zmiešame vajcia s vodou, múkou a soľou, zmes dôkladne vymiešame.
- Kura obalíme v strúhanke, potom v cestíčku a znova v strúhanke.
- Plytký plech G/N postriekame Ramou Combi, poukladáme obalené kúsky, znova postriekame Ramou Combi a pečieme 10 minút pri teplote 190 °C.

FAZUĽKA S PRÍCHUŤOU CIBULE:

- Uvarenú fazuľku vymiešame s primerbou opečená cibuľa, vložíme do konvekčnej rúry na parenie na 2 – 3 minúty, premiešame.

SERVÍROVANIE:

- Kura Cordon Blue podávame s pripravenou slaninovou fazuľkou a domácimi hranolkami. Ozdobíme lístkami z trebuľky.

RADA:

Pri naklepávaní mäsa použite potravinovú fóliu. Takto sa vyhnete vytvoreniu dier v rezni a zachováte čistotu v kuchyni. Dbajte na to, aby kraje kuraťa boli natenko naklepané, vďaka čomu sa dobre spoja.



KNORR PRIMERBA OPEČENÁ CIBUĽKA 340 G

- Primerba vám prináša chuť bylín a zeleniny po celý rok.
- Intenzívna chuť bylín a zeleniny na prípravu pokrmov.
- Vynikajúce taktiež ako zložka marinád a plniek.

MAĎARSKÝ PAPRIKÁŠ

Z KURAŤA S TAGLIATELLE

Suroviny na 10 porcií

KURA:

Kuracie stehná (10 ks)	2,000 kg
Mrkva, zeler, petržlen	0,300 kg
Soľ	podľa chuti
Čierne korenie, bobkový list, nové korenie	0,003 kg
Hydinový bujón Knorr Professional	0,030 l

OMÁČKA:

Cibuľa	0,300 kg
Rama Culinesse Profi	0,100 l
Sladká paprika	0,040 kg
Korenie, soľ	podľa chuti
Zápražka svetlá Knorr	0,040 kg
Rama Cremefine Profi 15 %	0,600 l
Rama Cremefine Fraiche 24 %	0,200 l
Citronová šťava	podľa chuti
Peperonata Knorr	0,200 kg

ŠAFRÁNOVÉ TAGLIATELLE:

Šafranová pasta Knorr	0,020 kg
Voda	4,000 l
Soľ	podľa chuti
Tagliatelle Knorr	0,600 kg

Postup

KURA:

- Kuracie stehná očistíme, preložíme do širokého hrnca, zalejeme studenou vodou (tak, aby bolo mäso zakryté). Pridáme očistenú a nakrájanú koreňovú zeleninu, soľ, koreniny a hydinový bujón.
- Varíme na miernom ohni, kým mäso nezmäkne a dá sa ľahko oddeliť od kosti.
- Zatlačíme ihlu do hrubej časti nohy, aby sme sa uistili, že z mäsa nevyteká ružová šťava.
- Necháme stehná vychladnúť v bujóne.
- Potom stiahneme kožu.

OMÁČKA:

- Cibuľu nakrájame na kocky a 5 minút pražíme na Rame Culinesse. Dosypeme sladkú papriku, korenie a opražíme. Pridáme kuracie stehná, bujón a soľ. Varíme pod pokrievkou 10 minút.
- Mäso vyberieme, omáčku zredukujeme a zahustíme svetlou zápražkou.
- Vlejeme Ramu 24 %, premiešame, pokvapkáme citrónovou šťavou, pridáme Peperonatu a rozmixujeme na hladkú omáčku. Do omáčky vložíme kura.

ŠAFRÁNOVÉ TAGLIATELLE:

- Šafranovú pastu rozpustíme v horúcej vode, pridáme soľ a povaríme. Tagliatelle vložíme do vriacej vody a uvaríme al dente. Ochladíme.

RADA:

Voda so šafranom môže byť použitá na varenie viackrát.



RAMA CREMEFINE PROFI NA VARENIE 15% 1 L

- Môže sa pridávať priamo do teplých aj kyslých jedál.
- Udrzuje si vlastnosti v priebehu chladenia a nezráža sa pri zahriatí.
- Ideálna na sfarbenie, zahusťovanie a redukovanie jedál.

RIZOTO ALLA MILANESE

S BBQ KURAŤOM

Suroviny na 10 porcií

Kuracie rezne, 10 ks	1,000 kg	RIZOTO:	
SOĽNÝ ROZTOK:		Voda	2,000 l
Voda	2,000 l	Šafránová pasta Knorr	0,040 kg
Soľ	0,080 kg	Olivový olej	0,040 l
Cukor	0,020 kg	Maslo	0,020 kg
OMÁČKA NA TEPELNÉ SPRACOVANIE:		Najemno nakrájaná cibuľa	0,100 kg
Rama Combi Profi	0,050 l	Najemno nakrájaný cesnak	2 strúčiky
BBQ omáčka	0,100 kg	Ryža arborio	0,600 kg
		Suché biele víno	0,100 l
		Cheddar strúhaný	0,150 kg
		Maslo	0,100 kg
		Soľ, biele korenie	podľa chuti
		SERVÍROVANIE:	
		Kel kučeravý, smažený	0,100 kg

Postup

SOĽNÝ ROZTOK:

- Suroviny na soľný roztok zmiešame, vložíme rezne a na cca 6 hodín odložíme. Vyberieme, opláchneme a vysušíme.

TEPELNÉ SPRACOVANIE:

- Plech G/N postriekame Ramou Combi, poukladáme rezne a aj zvrchu postriekame Ramou Combi.
- Pečieme 7 minút pri teplote 190 °C, potrieme BBQ omáčkou a pečieme ďalších 5 minút.

RIZOTO:

- V horúcej vode rozmiešame šafranovú pastu.
- Na olivovom oleji s maslom do sklovita opražíme cibuľu s cesnakom, pridáme ryžu a chvíľu opražíme.
- Vlejeme víno, premiešame a pridáme časť šafranového vývaru.
- Varíme na miernom ohni, pridávame po častiach zvyšný vývar.
- Rizoto by malo mať lávovú konzistenciu.
- Nakoniec pridáme strúhaný cheddar a maslo. Miešame do rozpustenia, nakoniec pridáme soľ a korenie.

SERVÍROVANIE:

- Rizoto dáme do hlbokého taniera s pokrájaným kuraťom a kelom.

RADA:

Aby bolo rizoto správne podávané, pripravte ho dopredu do polomäčka a pred podávaním podlejte vývarom a dovarte.



RAMA COMBI PROFI

- Rastlinný tuk k vyprážaniu a pečeniu v konvektomate.
- Pokrm pripravovaný s Ramou Combi Profi vstrebáva až o 75% menej tuku. Pokrm je teda podstatne zdravší!



MORČACIE PLÁTKY

S BROSKYŇOVÝM CHUTNEY A CUKINOU

Suroviny na 10 porcií

MÄSO:

Morčacie rezne	1,500 kg
Kurací bujón Knorr Professional	0,030 l
Rama Culinesse Profi	0,120 l
Cheddar	0,300 kg
Šunka Prosciutto	0,200 kg

BROSKYŇOVÉ CHUTNEY:

Najemno nakrájaná cibuľa	0,060 kg
Rama Culinesse Profi	0,100 l
Stopkový zeler nakrájaný na kocky	0,300 kg
Zázvor	0,050 kg
Čili paprika nakrájaná najemno	0,010 kg
Voda	0,050 l
Biely vínny ocot	0,150 kg
Na kocky nakrájané broskyne	0,500 kg
Primerba Tymián Knorr Professional	0,020 kg
Mletá škorica	0,003 kg
Trstinový cukor	0,100 kg
Soľ, čierne korenie	podľa chuti

CUKINA:

Cukina	1,500 kg
Knorr Primerba Opečená Cibuľa	0,030 kg

Postup

MÄSO:

- Morčacie rezne umyjeme, očistíme, nakrájame na jednotlivé porcie, marinujeme v hydínovom bujóne, dáme do chladničky.
- Mäso osmažíme na Rame Culinesse, na každý kúsok dáme strúhaný cheddar a šunku prosciutto, zapečieme v konvekčnej rúre na 160 °C.

BROSKYŇOVÉ CHUTNEY:

- Cibuľu opražíme do sklovita na Rame Culinesse, pridáme zeler, zázvor a čili. Zmes chvíľu opražíme.
- Podležeme vodou, podusíme, vlejeme ocot a pridáme broskyne, Primerbu tymianovú, škoricu a cukor.
- Redukujeme do získania požadovanej konzistencie a dochutíme.

CUKINA:

- Cukinu nakrájame na plátky, pridáme Knorr Primerba Cibuľa a z ľahka premiešame, aby sa nám suroviny spojili a dáme do rúry na paru.

SERVÍROVANIE:

- Plátky uložíme na tanier spolu s broskyňovým čatní a cukinou.

KNORR PRIMERBA TYMIÁN 340 G

- Na ochutenie teplých aj studených pokrmov.
- Intenzívna chuť a vôňa.
- Vynikajúce taktiež ako zložka marinád a plniek.



KURA V LÍSTKOVOM CESTE

S PIKANTNOU PARADAJKOVO-PAPRIKOVOU
OMÁČKOU A GLAZOVANOU ZELENINOU

Suroviny na 10 porcií

KURA:

Cukina, 30 plátkov
nakrájaných pozdĺžne 1 ks
Kuracie rezne à 250 g 1,300 kg
Marináda na hydinu
Knorr Professional 0,020 kg
Rama Culinesse Profi 0,030 l
Šunka zrejúca 10 plátkov
Lístkové cesto à 0,350 kg 3 balenia
Vajce 1 ks

OMÁČKA:

Olivový olej 0,030 l
Nadrobno nakrájaná cibuľa 0,080 kg
Nakrájaný cesnak 2 strúčiky
Červená paprika
nakrájaná na kocky 0,070 kg

Žltá paprika nakrájaná na kocky 0,070 kg
Suché biele víno 0,070 l
Voda 0,400 l
Knorr Bolognese 0,060 kg
Tomato Pronto 0,400 kg
Kapary 0,020 kg
Čerstvé čili nadrobno nakrájané 1 ks

ZELENINA:

Žltá a zelená fazuľka 0,500 kg
Hrášok 0,200 kg
Kučeravý kel 0,150 kg
Šalotka prekrojená napoly 0,200 kg
Knorr Aroma Mix bylinky a maslo 0,030 kg

SERVÍROVANIE:

Mix bylín

Postup

KURA:

- Plátky cukiny ľahko ohrilujeme, preložíme na papierové obrúsky.
- Rezne očistíme, okoreníme Marinádou na hydinu. Osmážime z dvoch strán na Rame Culinesse.
- Na mäso uložíme plátky cukiny a obalíme šunkou.
- Cesto pokrájame na obdĺžniky.
- Mäso obalíme v ceste a potrieme rozmiešaným vajíčkom.
- Pečieme na 200 °C so sondou nastavenou na 67 °C.

OMÁČKA:

- Na olivovom oleji opražíme cibuľu s cesnakom a paprikami do sklovita. Vlejeme víno a zredukujeme.
- Pridáme vodu, boloňskú omáčku, premiešame a privedieme do varu.
- Do vriacej omáčky pridáme zostávajúce suroviny a dochuťme

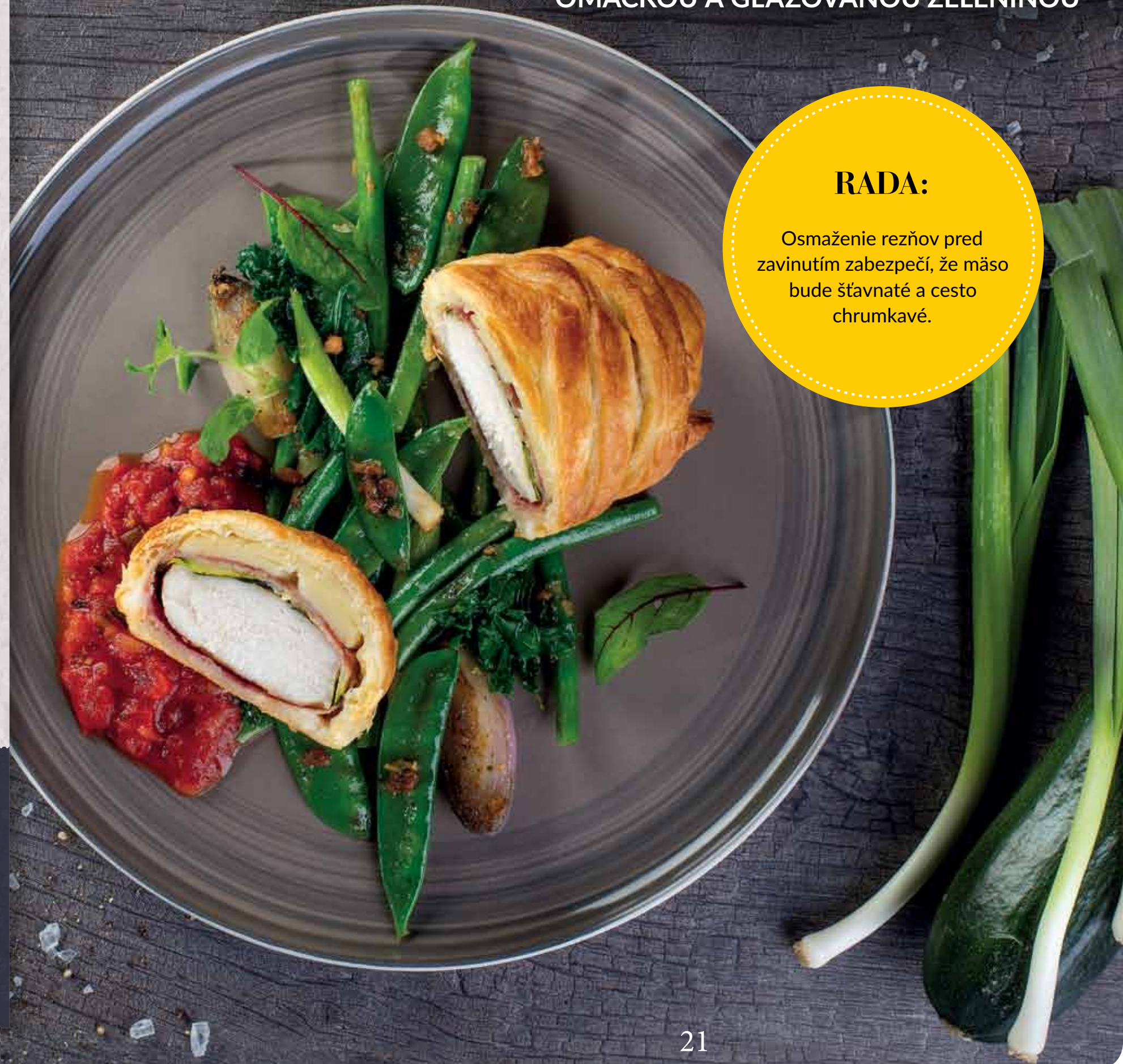
ZELENINA:

- Všetku zeleninu posypeme Aroma Mixom a uvaríme v rúre na pare.
- Servírovanie:
- Jedlo na tanieri ozdobíme čerstvými bylinkami.



KNORR TOMATO PRONTO 2 KG

- Z paradajok pestovaných udržateľným spôsobom.
- Výborné do všetkých jedál podávaných ako v teplom tak aj v studenom stave.



RADA:

Osmáženie rezňov pred zavinutím zabezpečí, že mäso bude šťavnaté a cesto chrumkavé.

KONFITOVANÁ KAČICA S KNEDĽOU

Suroviny na 10 porcií

KAČICA:

Kačacie stehná, 10 ks	2,500 kg
Knorr Delikat korenie na hydinu	0,030 kg
Tuk na konfitovanie (tak, aby pokryl kačicu)	

KNEDĽA:

Vajcia	6 ks
Žemľa, 20 ks	1,200 kg
Mlieko	0,500 l
Petržlenová vňať	1 vetvička
Knorr AromaMix	
Bylinky&Maslo	podľa chuti

JABLKOVÁ OMÁČKA

Knorr Bratenjuces	0,050 kg
Jablkový džús	0,300 l
Voda	0,200 l
Trstinový cukor	0,015 kg
Perlové cibulky v náleve	0,100 kg
Sušené jablká	0,025 kg
Jablčný ocot	podľa chuti

SERVÍROVANIE:

Červená kapusta	1 kg
-----------------	------

Postup

KAČICA:

- Kačacie stehná okoreníme Delikatom na hydinu a necháme postáť 12 hodín.
- Kačku konfitujeme 5 hodín na 90 °C.

KNEDĽA:

- Oddelíme žĺtky od bielkov. Bielky vyšľaháme do peny.
- Pečivo nakrájame na veľké kocky.
- Mlieko zmiešame so žĺtkami a nakrájanou petržlenovou vňaťou, ochutíme Knorr Aroma Mix Bylinky a Maslo a zmiešame s pokrájaným pečivom.
- Pre nadýchanosť pridáme vyšľahané bielky a jemne premiešame.
- Zmes preložíme na potravinovú fóliu, vyformujeme valčeky s hrúbkou cca 5 – 6 cm. Tesne zavinieme do fólie a varíme v konvekčnej rúre 20 minút na 90 °C. Pri varení dáme pozor, aby plech G/N bol perforovaný.

JABLKOVÁ OMÁČKA:

- Zmiešame Knorr Šťava k pečenému mäsu Bratenjuces s jablkovým džúsom a vodou a povaríme
- Cukor jemne skaramelizujeme, pridáme obvarené perlové cibulky, uvarenú omáčku a nakrájané jablká. Chvilu povaríme na malom ohni. Dochutíme jablčným octom.

SERVÍROVANIE:

- Pred podávaním stehná osmažíme na panvici. Podávame s knedľou nakrájanou na plátky a jablkovou omáčkou.
- Ako zeleninová príloha je ideálna červená kapusta

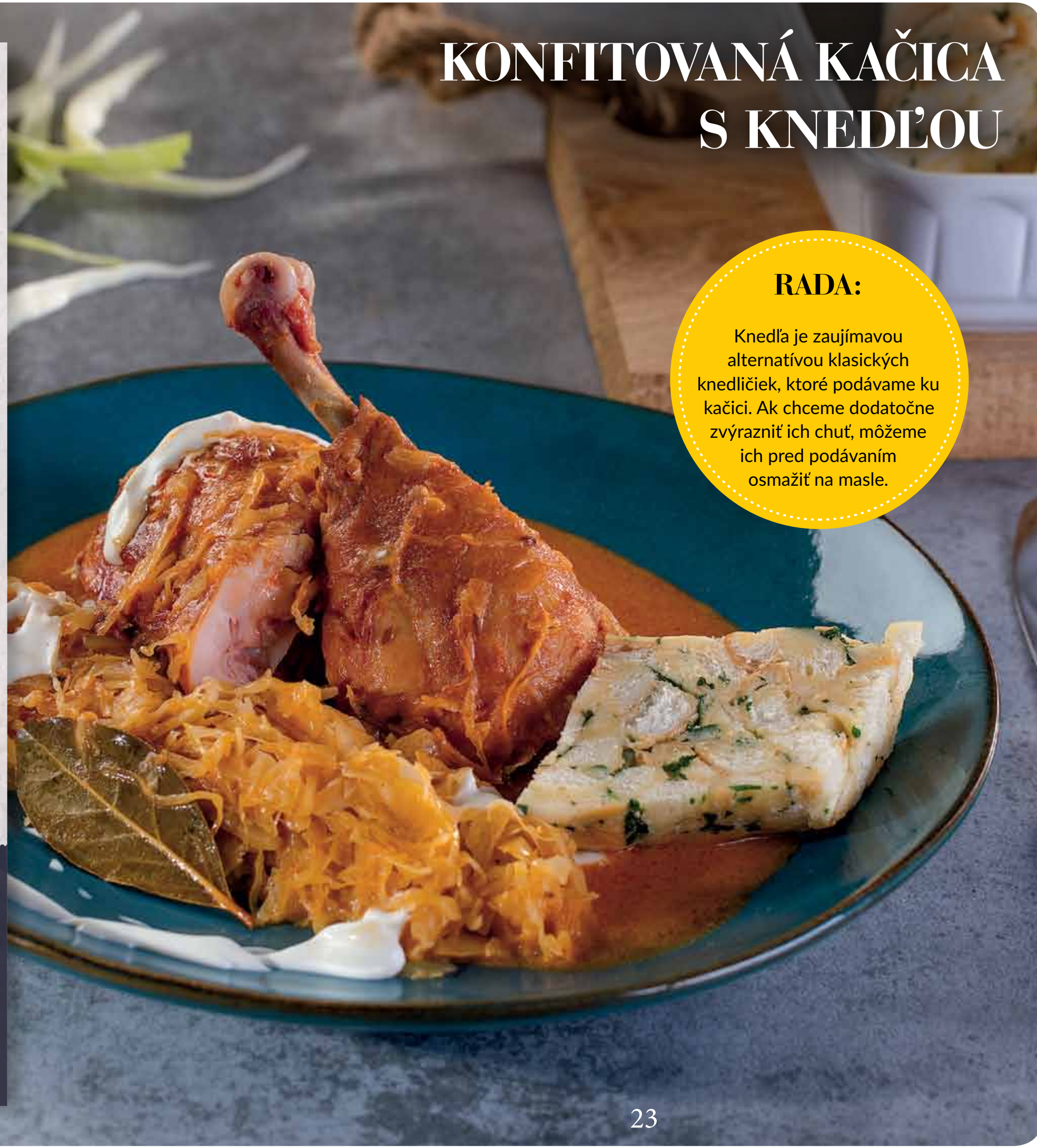
RADA:

Knedľa je zaujímavou alternatívou klasických knedličiek, ktoré podávame ku kačici. Ak chceme dodatočne zvýrazniť ich chuť, môžeme ich pred podávaním osmažiť na masle.



KNORR DELIKÁT KORENIE NA HYDINU 600 G

- Vyvážená chuť a vôňa.
- Vynikajúco sa spája s olejom, vínom alebo džúsmi z citrusov.



RAVIOLI S KAČICOU

A MASLOVOU OMÁČKOU S PARMEZÁNOM A CITRÓNOM

Suroviny na 10 porcií

PLNKA:

Konfitované mäso z kačacieho stehna	0,500 kg
Ricotta	0,500 kg
Rozpustené maslo	0,200 kg
Nadrobno nakrájaná šalotka	0,080 kg
Nasekaná petržlenová vňať	0,006 kg

RAVIOLI:

Semolinová múka	0,250 kg
Žltky	0,190 kg
Olivový olej	0,010 l
Strúhaný chren	0,025 kg

MASLOVÁ OMÁČKA S PARMEZÁNOM A CITRÓNOM:

Prečistené maslo (ghee)	0,200 kg
Strúhaný parmezán	0,060 kg
Kôra a šťava z citróna	½ ks
Kurací bujón Knorr Professional	0,040 l

Postup

PLNKA:

- Mäso natrháme na jemné vlákna, vymiešame s ricottou a rozpusteným maslom.
- Nakoniec do masy pridáme šalotku, petržlenovú vňať a dochutíme.
- Plnku ochladíme a rozdelíme na malé guľky.

RAVIOLI:

- Z pripravených surovín urobíme cesto, nakoniec pridáme olivový olej.
- Cesto odložíme do chladničky na minimálne 3 hodiny.
- Pred rozvaľkaním by cesto malo mať izbovú teplotu.
- Cesto natenko rozvaľkáme, vložíme naporciovanú plnku a vyformujeme ravioli.
- Varíme v osolenej vode, vyberieme, rozdelíme na tanieri, polejeme omáčkou a posypeme čerstvo nastrúhaným chrenom.

MASLOVÁ OMÁČKA S PARMEZÁNOM A CITRÓNOM:

- Rozpustíme maslo, pridáme parmezán a jemne skaramelizujeme. Nakoniec pridáme citrónovú kôru a bujón.

RADA:

Táto omáčka sa hodí tiež ku klasickým pirohom, ktoré môžeme takto podávať na taliansky štýl.



KNORR ESSENCE KURACÍ BUJÓN 1 L

- Jemná kuracia chuť – príbuzná domácemu bujónu.
- Kvalitná zeleninová zmes.
- Bez umelých farbív.

KURA V CHRUMKAVOM CESTÍČKU S OMÁČKAMI: TATÁRSKOU, BBQ, MEDOVO-HORČICOVOU

RADA:

Ak chcete, aby bolo cestíčko chrumkavé a ľahké, po obalení ho nestláčajte.

Suroviny na 10 porcií

KURACIE NOHY A KRÍDELKÁ Z KURAŤA:

Vykostené kuracie stehná	1,000 kg
Vykostené kuracie krídelká	10 szt.
Knorr Delikat korenie na hydinu	0,020 kg

SUCHÝ OBAL:

Kukuricná múka	0,150 kg
Pšeničná múka	0,150 kg
Sladká údená paprika	0,003 kg

CESTÍČKO:

Sýtená voda	0,300 l
Pšeničná múka	0,150 kg
Zemiakový škrob	0,080 kg
Prášok do pečiva	0,010 kg
Vajcia	2 ks
Zázvor, mletý sušený	0,002 kg
Mletý koriander	0,002 kg
Mleté čili, soľ, čierne korenie	podľa chuti

TATÁRSKA OMÁČKA:

Hellmanns majonéza decorative	0,200 l
Rama Cremefine Profi 31 %	0,050 l

Zavárané uhorky, nadrobno pokrájané	0,040 kg
Šampiňóny v konzerve, nadrobno pokrájané	0,040 kg
Nasekaná pažítka	0,010 kg
Soľ, čierne korenie	podľa chuti

MEDOVO-HORČICOVÁ OMÁČKA:

Tekutý med	0,080 kg
Cesnak	1 strúčik
Voda	0,100 l
Citronová šťava	0,020 l
Olej	0,080 l
Francúzska hrubozrnná horčica	0,050 kg
Horčica plnotučná	0,020 kg
Soľ, čierne korenie	podľa chuti

BBQ OMÁČKA:

Omáčka Barbecue	0,300 kg
-----------------	----------

SERVÍROVANIE:

Hranolky	1,200 kg
----------	----------

Postup

STEHNÁ A KRÍDELKÁ:

- Stehná nakrájame na 10 kusov, krídelka prekrájame na dve časti.
- Kura okoreníme Delikátom na hydinu.

SUCHÝ OBAL:

- Múky zmiešame s paprikou.

MOKRÝ OBAL:

- Všetky suroviny dôkladne premiešame.

TEPELNÉ SPRACOVANIE:

- Všetky časti kuraťa obalíme v suchom obale, potom ponoríme do cestíčka a znova obalíme v suchom obale.
- Smažíme v oleji na hlboké smaženie 150 °C do zlatista, od 12 do 14 minút.

TATÁRSKA OMÁČKA:

- Suroviny premiešame a dochutíme.

MEDOVO-HORČICOVÁ OMÁČKA:

- Med, cesnak, vodu a citrónovú šťavu zmixujeme, pridáme zvyšné suroviny, riadne vymiešame tyčovým mixérom a dochutíme.

SERVÍROVANIE:

- Kura v chrumkavom obale podávame s tromi omáčkami a hranolkami.



RAMA CREMEFINE PROFI 31 %

- Veľmi dobre reaguje pri zmiešaní s kyslými prídavkami aj s alkoholom. Nezráža sa!
- Výborná konzistencia a vysoký nárast objemu po ušľahaní – až 2,5 l.

KURACÍ REZEŇ

MARINOVANÝ V CITRÓNE S GRILOVANOU POLENTOU A ŠPENÁTOVÝM ŠALÁTOM

RADA:

V stredomorskej kuchyni sa citrón používa na marinovanie mäsa – vďaka tomu si mäso uchová šťavnatosť a krehkosť. Môžete použiť akýkoľvek druh citrusov.

Suroviny na 10 porcií

KURA:

Kuracie rezne, 10 ks	1,400 kg
Knorr Professional Marináda na hydinu	0,040 kg
Tymian	0,006 kg
Citrónová šťava	3 ks
Olivový olej	0,050 l
Sparený citrón	20 plátkov
Surová slanina, plátky	0,250 kg

POLENTA:

Voda	1,300 l
Rama Cremefine Profi 15 %	0,400 l
Soľ	podľa chuti
Kukuričná kaša	0,450 kg

ŠALÁT:

Baby špenát	0,150 kg
Kokteillové paradajky	0,600 kg

DRESSING:

Olej	0,150 l
Ocôt Balsamico	0,075 l
Morská soľ	podľa chuti

Postup

KURA:

- Rezne marinujeme v Marináde, tymiane, citrónovej šťave a olivovom oleji. Odložíme do chladničky aspoň na 2 hodiny.
- Potom na rezne položíme plátky citrónu a zavinieme slaninou.
- Vložíme do rúry na 180 °C na ideálne vysmážanie.
- Pečieme 15 až 20 minút, vzhľadom na veľkosť kuracích prs.

POLENTA:

- Vodu povaríme s Ramou 15 %, pridáme soľ a postupne za stáleho miešania vsypeme kukuričnú kašu, aby sa nepripálila.
- Varíme 3 minúty.
- Odstavíme z ohňa, preložíme do misky vystlanej potravinovou fóliou a necháme vychladnúť.
- Ochladenú polentu pokrájame a grilujeme.

ŠALÁT:

- Očistený špenát a paradajky premiešame s dressingom.

KNORR MARINÁDA NA KURACIE 700 G

- Veľké kusky bylín a korenín najvyššej kvality.
- Zaručuje stálu, vysokú úroveň marinovania mäsa.



Naše produkty



Knorr Marináda
na kuracie 700 g



Rama Cremefine Profi
Fraiche 1 l



Rama Cremefine Profi
Na šľahanie 1 l



Knorr AromaMix
Bylinky&Maslo 1,1 kg



Knorr Šťava k pečenému mäsu
Bratenjus 3,5 kg



Knorr Bolognese 1 kg



Rama Culinesse Profi 0,9 l



Rama Combi Profi 3,7 l



Hellmann's Decorative
Majonéza 3 l



Knorr Tomato pronto 2 kg



Knorr Paradajkový pretlak 800 g



Knorr Primerba
Opečená Cibuľa 340 g



Hellmann's Delicate
Majonéza 4,8 kg



Knorr Essence
Kurací bujón 1 l



Knorr Delikat
korenie na hydinu 600 g



Knorr Primerba
Záhradné bylinky 340 g



Knorr Primerba
Bazalka 340 g



Knorr Primerba
Rozmarín 340 g

Naše produkty

Viac profesionálnych
inšpirácií nájdete na
www.unileverfoodsolutions.sk



**Unilever
Food
Solutions**