

Slovo autorky

Důvod, proč se drůbeží maso různého druhu často a pravidelně objevuje na našem stole, je jeho snadná dostupnost, neomezené množství způsobů úpravy, lehká stravitelnost, možnost přípravy dietních a energeticky nenáročných pokrmů a koneckonců i cena. Naši předkové upravovali drůbež nákladněji a složitěji, my ji kupujeme vykuchanou, očištěnou, případně zbavenou kůže a vykostěnou.

Upravujeme ji tepelně všemi způsoby, a to vařením, dušením, opékáním, pečením i smažením. Velké oblíbené se těší grilování drůbežího masa. Při jakékoliv úpravě můžeme chuť pokrmů snadno obměňovat. Největší výhodou, především v případě kuřecího masa, je možnost jeho rychlé a krátké tepelné úpravy. Lidé, jejichž zájmem je zdravá a vyvážená strava, ocení na drůbežím mase obsah živočišných bílkovin, vitamínů i dalších látek a zvláště nízký obsah tuků.

Různě ochucenou a v celku pečenou větší drůbež podáváme zvláště při výjimečných slavnostních příležitostech, avšak kuře se na domácím jídelníčku objevuje i vícekrát týdně. Pro ochucení používáme nejčastěji klasické koření, jako je sůl, kmín, sladká nebo mírně pálivá paprika, všechny druhy pepře v celku i mletého, kari koření a mletý zázvor. Postupně se prosazují i dříve méně obvyklé přísady, jako je například med. Co nejvíce bychom měli využívat čerstvé i sušené zelené natě a nezapomínat na cibuli, česnek nebo pórek. Břišní dutinu drůbeže plníme před pečením menšími očištěnými jablky v celku a používáme také různé nádivky. Nejběžnější je housková, mandlová nebo jádrová, výběr dalších možných nádivek je v současné době velmi bohatý. Pamatujte, že příprava a chuť pokrmů z drůbeže je vždy závislá na vaší fantazii. Vše ostatní najdete v našich předpisech.

Dobrou chuť Vám přeje
Hana Sedláčková



DRŮBEŽÍ MASO – HODNOTA A VYUŽITÍ

Stravitelnost drůbežího masa	10
Mechanické zpracování před tepelnou úpravou	11
Kuchání	11
Vykostování	12
Solení a kořenění drůbeže	13
Další příprava	13
Nadívání	13
Tepelná úprava	14
Vaření a dušení v tlakovém hrnci	14

RECEPTY

KUŘE

Kuře vařené

S kaparovou smetanovou omáčkou	18
S „margrantovou“ omáčkou	18
Se sardelovou omáčkou	19
S ředkvičkovou omáčkou	19
Se sýrovou omáčkou s květákem	20
S vinnou omáčkou s mandlemi	20

Kuře zadělávané

S kedlubnami a estragonem	21
S jarní zeleninou	21
V sýrové omáčce	22
Se žaludky a žampiony	22
V jemné omáčce na vídeňský způsob	22

Kuře dušené

Na houbách po italsku	23
Na zelenině s brusinkami	24
Na zelených paprikách	24
Na cibuli s bramborami a libečkem	25
S jablky a smetanou	25
S divokým kořením	26
Se zeleninou a česnekem	26
Se žloutkovou omáčkou	26
V zelenině s bramborami	26
Čachochbili – kuře po gruzínsku	27

Kuře dušené v tlakovém hrnci

Na kedlubnách a zelených natích	28
Na celeru	28
Na cibuli s celerem a jogurtem	29
Na cibuli a estragonu	29

Na cibuli, jablkách a smetaně	30	Závitky a rolády	
Na cibuli s jablky a kari	30	Závitky z prsou nebo stehýnek	45
Na cibuli a česneku s hráškem	30	Náplně a nádivky	46
S cibulí, mrkví a rozmarýnem	30	S uzeninou a uzenářskými výrobky	46
S cibulí a klobásou	31	S vejci	46
Na cibuli s křenem	31	Rolády z kuřecích prsou	46
Vykostěné kuřecí maso v tlakovém hrnci		Plněná vejci s uzeninou a hráškem	47
Plátky na cibuli a rajčatech	32	Nádivka s žampiony	47
S brokolicí, jablky, paprikou a žampiony	33	Nádivka masová s párky	47
Plátky na cibuli s uzeným bůčkem	33	Kuře zapečené	
Se slaninou, s česnekem, s pikantním zeleninovým salátem a se zeleninovou směsí	33	S rýží a sýrem	48
Plátky na smetaně s kari kořením	33	S chřestem v omeletě	48
Kuřecí stehýnka dušená		Se šunkou	49
Na cibuli a celeru	34	S anglickou slaninou	49
S paprikami a žampiony	34	S jablkem a strouhankou	49
Na cibuli s jablky a kari	35	S rýží a hráškem	50
Kuřecí stehýnka dušená – plněná		Kuře smažené	
Náplň – nádivka základní	35	Dvojité řízky plněné žampiony	52
Jablečná s klobáskou	35	V trojobalu	52
Papriková	36	Pikantní v trojobalu	53
Zeleninová	36	Pařížské	53
Žemlová s uzeninou	36	Kyjevský kotlet	54
Žampionová	36	Pařížské řízky	54
Kuře pečené		V sýrovém těstíčku	55
V soli	37	S játrovou náplní	55
Na másle	37	Se šunkovou náplní a sýrem	56
S rozmarýnem	37	Se šunkovým salámem	56
Na kari	38	Marinované	56
Na sardeli	38	Kuře – minutky	
Na slanině s česnekem	38	Přírodní řízek	57
Na způsob bažanta	39	Nudličky jako minutka	57
Plněné cibulí a česnekem	39	S kari a cibulí	57
Po italsku	40	S kari a pórkem	57
S paprikou	40	S kari a angreštem	57
V jarní úpravě	41	Po italsku s česnekem a cibulí	58
S játrovou zavářkou, na zázvoru	41	S arašidy	58
Plněné – po polsku	41	S kari, mandarinkami a brusinkami	59
Se žemlovou nádivkou	42	S hanáckým salátem	59
Kuře pečené v porcích		S pálivou paprikou	59
Zalité máslem	43	Po italsku s kečupem	60
S bůčkem, česnekem a paprikou	43	Se žampiony	60
S vegetou	43	Se žampiony a šlehačkou	60
Zapečené s rajčaty a sýrem	43	Jehla s anglickou slaninou	61
V kastrolu s klobásou	44	Jehla s játry a jablky	61



SLEPICE

Slepice vařená

Vývar a vařené maso	64
S bylinkami a mandlovou omáčkou	64
Po maďarsku s cibulí a paprikou	65
V zelí se slaninou a paprikou	66
Ragú se zeleninou	66
Rizoto s pórkem a vejci	66
Rizoto se zeleninou, zázvorem a sýrem	66
Rizoto s nivou	67

Slepice dušená

Dvacet přísad	68
Na cibuli s klobásou	69
Na cibuli a tymiánu se smetanou	69
Na slanině s estragonem	69
Na žampionech	69
Na zelenině se slaninou	69
Drůbeží paprikáš	70
Pikantní na zelenině	70
S citronovou omáčkou	71
Po španělsku	71
À la segedínský guláš	72

Slepice dušená v tlakovém hrnci

Na cibuli s česnekem a kapustou	73
Na cibuli s protlakem	73
Na majoránce s bramborami	73
S nakládanou zeleninou	73
Na cibuli a s kapií	74

Slepice pečená

Na slanině	75
Na slanině s česnekem	75
Na slanině s lečem a smetanou	75
Na cibuli s jablky	76

Slepice pečená v porcích

Na slanině a cibuli	76
Na zelenině a víně s rozinkami	77
Na celeru a smetaně	77
Na cibuli s libečkem, jablky a smetanou	78

PERLIČKA

Perlička dušená

Se smetanovou omáčkou	79
-----------------------	----

HUSA

Husa pečená

Na česneku	84
Na kmíně	84
Na zázvoru a pivě	84
Plněná klobásou a kysaným zelím	85
Plněná kysaným zelím s jablky	85
Po staročesku s podpouškou	85
V šouletu	85

Husa pečená – plněná

S jablky	86
S žampionovou náplní	86
S žemlovou nádivkou s vínem	87
S nádivkou z rýže s husími játry	87

Husí drůbky

87

KACHNA

Kachna pečená

S kmínem	88
Na cibuli	88
S cibulí, jablky a bramborami	88
S jablky	89
Na pomerančích	90
S medem, cibulí a jablky	90
Na žampionech	91
Plněná kysaným zelím	91
S majoránkou	91
Po šumavsku	92
Po staročesku	93

KROCAN A KRŮTA

Pečený krocán a krůta

Na slanině a másle	98
Plněný jablky na zázvoru	98
S masovou nádivkou na zelenině	98

Nádivky do krocana, krůty a do jiné drůbeže

Játrová	98
Mandlová	99
Masová	99
Masová se žampiony	99

Krocán a krůta v porcích

Na červeném víně	100
Na másle s mandlemi	100
Na másle s koňakem, broskvemi a sýrem	101

Na másle a zázvoru s ořechy	101
Na žampionech s uzeným sýrem	102

Krůtí prsa

Pečená na slanině	103
Roláda plněná šunkou a vejci se zeleninou	103
Náplň se šunkou, sýrem a jablky	103

Závitky z krůtích psou

Se šunkou, hermelínem a broskví	103
---------------------------------	-----

Krůtí stehna dušená

Na cibuli a estragonu	105
Na zelenině a červeném víně	105
Na divoko se smetanovou omáčkou	105
Na cibuli s jablky a kečupem	106
Na slanině se žampiony	106
Marinovaná, na cibuli se zázvorem	106
Marinovaná, na slanině a másle	106
Marinovaná, na paprikách	107
Závitky plněné párky	108

Závitky v tlakovém hrnci

Na česneku, cibuli a jablkách	109
-------------------------------	-----

Krůtí stehna pečená

Na másle s mandlemi	109
Protýkaná slaninou	109
Se sardelí na slanině	109

Krůtí stehna na jehle – špízu

S cibulí, uzeným bůčkem a zelenou paprikou	110
S cibulí a anglickou slaninou	111

HOLUB**Holub vařený**

S bílou omáčkou po staročesku	112
----------------------------------	-----

Holub dušený

Na paprice	112
Na divoko	112
Na divoko na smetaně	113

Holub pečený

Na slanině	113
S houskovou nádivkou	113

Holub smažený

V trojobalu	113
-------------	-----

**STUDENÉ PŘEDKRMY
A MALÁ POHOŠTĚNÍ****Saláty**

S ananasem	117
S kedlubnami	117
S celerem, jablky a kapií	117
S nakládanými houbami, okurkami a kapií	118
S ovocem a hlávkovým salátem	118
S ovocem a zeleninou – pestrý	118
S feferonkami	119
Se žampiony	119
S marinovanými žampiony a šunkou	120

S majonézou

S jablky a hráškem	120
S cibulí	120
S celerem a jablky	121
S rýží	121
S jablky, okurkami a kečupem	121
S čekankou a pomerančem	122
S kari s jablky	122

Se šlehačkou

S ementálem a pomeranči	122
Se šunkou, jablky a křenem	122
Se zeleninou, ovocem a kečupem	122

Ze slepičího masa

S cibulí a papričkami – pikantní	123
Se zelím, cibulí a paprikami	123

Pomazánky

S jablky a křenem	124
S jablky a mrkví	124
Kari se strouhaným sýrem	124
S ředkvičkami	124
S vejci	124

Pěny

S bešamelem (na plnění vajec)	125
Nastavená	125
Se šunkou	125
Se šlehačkou a pomerančem	125

Krémy

Rajčata plněná	126
Papriky plněné krémem s uzeným masem	127