

ÚVOD 7

ANATOMIE KUŘECÍHO POKRMU 8

ZAČÍNÁME S KUŘECÍM 11

NA SPORÁK

- Kuřecí piccata s artyčoky 19
- Kuřecí paella 20
- Kuřecí maso v salátových lůžkách 23
- Restované kuře v hořčično-estragonové smetanové omáčce 24
- Kuřecí stir-fry s brokolicí a kešu oříšky 27
- Smažená rýže s kuřecím masem 28
- Thajské červené kari s kuřecím masem a batáty 29
- Kuřecí paličky ve sladkokyselé omáčce s dýní a červenou cibulí 32
- Kuřecí paprikáš 34
- Kuře z hliněného hrnce s čínským zelím 35
- Kuřecí stehna v omáčce z jablečného moštu s karamelizovanými jablky 37
- Kuře po marocku s cizrnou a sušenými meruňkami 38

DO TROUBY

- Pečené kuře s nádivkou z kukuřičného chleba a italské klobásy 43
- Kuře se čtyřiceti stroužky česneku a bramborami 44
- Kuřecí tostadas s avokádem a osvěžujícím salátem 47
- Pečená kuřecí stehna s rajčaty, olivami a sýrem feta 48
- Kuřecí rolády s pršutem, sýrem gruyère a bazalkou 50
- Pikantní křupavé paličky 51

- Kuřecí křídla tandoori s citronovo-jogurtovou omáčkou 53
- Kuřecí ramínka se sezamem v lepkavé marinádě 56
- Parmazánové kuřecí nugety s dipy 59
- Kuřecí paličky v marinádě z balzamikového octa, medu a rozmarýnu 60
- Kuřecí Reuben panini 61
- Kuře tikka masala 62

NA GRIL

- Grilovaná kuřecí prsa s omáčkou ze sýra feta a piniových oříšků 67
- Kuřecí špízy v marinádě z červené miso pasty 68
- Paličky v meruňkovo-srirachové omáčce s grilovanými jarními cibulkami 71
- Kuřecí stehna teriyaki 72
- Kuře na plechovce piva 73
- Italské kuřecí spiedini s cuketou a salsou verde 74
- Grilované kuře piri piri 77
- Opečené kuřecí chlebíčky se sýrovou omáčkou 80
- Kuřecí shawarma s omáčkou tahini 83

KLASIKA

- Kuře pečené na citronech a rozmarýnu 87
- Grilované kuře ve sladkokyselé omáčce 88
- Kuřecí buffalo panini 89
- Kuřecí páj 90
- Jižanské smažené kuře 95
- Kuřecí salát s estragonem 96
- Kuřecí enchiladas s černými fazolemi 97
- Kuřecí řízky s restovanými žampiony, špenátem a parmazánem 98

PŘÍLOHY A SALÁTY

- Quinoa se sušenými meruňkami, pistáciovými oříšky a raketou 103
- Citronové fazole s rapini 104
- Mrkev pečená s rozmarýnem a třtinovým cukrem 106
- Květákové pyré s pečeným česnekem 107
- Hrachové lusky se sezamem 109
- Salát z fenýklu, ředkviček a jablek 110
- Bylinkový zahradní salát s kozím sýrem 112
- Pečené nové brambory 113
- Jasmínová rýže s pečeným kokosem a jarní cibulkou 115
- Štuchané brambory s podmáslem 116
- Špalda s česnekem, rajčaty a bazalkou 117
- Ječmen s chřestem a bylinkami 118

MENU 122

REJSTŘÍK 125