



STAROČESKÉ OKÉNKO 11. 01. 2021

Staročeské recepty našich babiček: Kuřecí maso ve třech různých obměnách

Staročeské recepty našich babiček si zamilují všichni mlsní strávníci. Pokud vás již nudí obyčejný přírodní plátek z kuřecího masa, vyzkoušejte jeden z těchto netradičních receptů a rozšiřte své kulinářské obzory. Natrefíte na kombinace více než nezvyklé, avšak výsledné pokrmy stojí za to. Ochutnejte je a nebudete litovat.

Vybrali jsme pro vás ty **nejzajímavější staročeské recepty z kuřecího masa**, které udělají radost nejen dospělým, ale i dětem. Co třeba pochutnat si na **kuřecím na švestkách**, nebo **pečeném kuřeti s křupavými mandlemi**? Některé gurmány případně uchvátí **kuře ovoněné pečenými jablíčky**. Sbíhají se vám chutě? Pusťte se do vaření!

Staročeské recepty našich babiček: Kuřecí prsíčka se

švestkovou omáčkou

Staročeské recepty často kombinují sladké a slané ingredience. Vždy se však jedná o snoubení dokonalé, které zachutná každému. Až vyzkoušíte tuto kuřecí prsíčka se švestkovou omáčkou, budete se oblizovat. Jejich příprava je velice jednoduchá. **Potřebovat budete:**

- ½ kilogramu kuřecích prsou
- 2 až 3 lžičky soli na dochucení
- 1 až 2 středně velké cibule
- 2 hrstky rozinek
- 150 gramů švestek (kompot)
- 2 slunečnicového oleje
- 3 až 4 lžíce másla
- 1 až 2 lžíce jemně nasekaných vlašských oříšků

Jako první si oloupejte a nejmenno **nakrájejte cibuli**. Tu posléze orestujte dozlatova **na másle a oleji**. Do pánve pak pokladte tenčí **plátky kuřecích prsou** a opékejte z obou stran. V další fázi přisypte k masu i horkou vodou **spařené rozinky**, okapané **kompotované švestky** a duste zhruba pět minut. Dle potřeby pokrm dosolte. Kuřecí prsa na švestkách podávejte **zasypaná drcenými oříšky** ideálně s jasmínovou rýží. Staročeské recepty našich babiček jsou rychlé a snadné, proto si i s tímto receptem poradí úplný začátečník. Přejeme vám dobré chutnání.



Staročeské recepty našich babiček: Zázvorové kuře

s mandlemi

Dáváte přednost exotickým chutím, v kterých převažuje **zázvor**? Pak vás tento tip jistě zaujme. Mezi staročeské recepty našich babiček patří určitě i **zázvorové kuře s mandlemi**. Je křehoučké a voňavé. K jeho přípravě si připravte tyto ingredience:

- 1 celé kuře
- 1 až 2 lžíce čerstvé citronové šťávy
- menší kus čerstvého zázvoru
- 4 lžíce másla
- 300 mililitrů kuřecího vývaru
- 2 lžíce hladké mouky
- ¼ litru smetany na vaření
- 3 lžíce drcených a loupaných mandlí
- 1 až 2 lžičky soli (nebo dle chuti)

Věděli jste, že **některé staročeské recepty pocházejí až z dob středověku**? Otázkou zůstává, zda tohle zázvorové kuře taktéž. Jisté ovšem je, že vám určitě zachutná. Začněte tedy tím, že si **maso rozčtvrtíte**. Pak jej vložte do pekáče a řádně **osolte**. Poté kuře pokapejte **citronovou šťávou**, zasypte loupaným a na kousky krájeným **zázvozem**, **podlijte vývarem** (asi 150 mililitry) a dejte péct do trouby zhruba na hodinu při 180 až 200 °C. Průběžně pokrm kontrolujte a podlévejte. Až se maso pěkně propeče a na vrchu zežlátne, vyndejte jej z trouby a odstraňte z výpeku. V něm si připravte **jíšku z hladké mouky**, přidejte trochu zbývajícího vývaru, **zaliňte smetanou na vaření** a nechte na plotně probublávat do zhoustnutí. Také nakonec zakápněte malým množstvím **šťávy z citronu**, **osolte** dle potřeby a omáčku podávejte s opečeným kuřetem a drcenými **restovanými mandlemi**. Hodit se bude k pokrmu třeba rýže, nebo opečené brambory. Dobrou chuť.

Staročeské recepty našich babiček: Kuřecí stehna na jablkách

Již víte, že **staročeské recepty** jsou plné masitých pokrmů, které se snoubí v některých případech i s ovocem. **Kuře na jablkách** vás doslova uchvátí. Takovou dobrotu jste ještě nejedli! Vyzkoušejte pokrm, který kdysi dávno připravovaly šikovné hospodyňky pro své rodiny. Obstarejte si:

- 4 až 6 kuřecích stehen (nebo celé rozčtvrcené kuře)
- 3 až 4 kusy jablek (nakyslých)
- 3 až 4 kusy žluté cibule
- malý kus libovější slaniny
- 3 lžíce másla
- 2 až 3 stroužky česneku (nebo dle preferencí)
- 1 lžičku kmínu
- sůl dle potřeby na dochucení

Některé kuchařky obsahují doslova hrůzné staročeské recepty, které rozhodně chuť k jídlu neevokují. Tento problém však nebudete mít s kuřetem na jablkách. Když se spojí **pečená jablka s cibulí**, je to dokonalé. Začněte tedy tím, že so omyjete a **očistíte kuřecí stehna**. Ta pak vložte do pekáčku a **ochuťte solí, lisovaným česnekem a kmínem**. Také k masu přidejte na kousky **pokrájenou slaninu**. Nyní si oloupejte **cibule** a nakrájejte je na čtvrtky. Dále si očistíte **jablka od slupek**, zbavte je jádřinců a rovněž pokrájejte na dílky. Obě suroviny poté vložte k masu do pekáčku. Na kuře ještě **pokladte máslo**, vše podlijte vodou nebo **kuřecím vývarem** a dejte péct na 180 °C po

dobu asi jedné hodiny. Průběžně pokrm podlévejte. Podávejte nejlépe s rýží. Chutnat bude ale i bramborová kaše.

Autor článku: [Iveta Berezkinová](#)