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 tato 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 najemno **nakrájejte cibuli**. Tu posléze orestujte dozlatova **na másle a oleji**. Do pánve pak pokladťe 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 **zázvorem**, **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 zezlátne, vyndejte jej z trouby a odstraňte z výpeku. V něm si připravte **jíšku z hladké mouky**, přidejte trochu zbývajícího vývaru, **zalijte 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 očistěte **jablka od slupek**, zbavte je jádřinců a rovněž pokrájejte na dílky. Obě suroviny poté vložte k masu do pekáčku. Na kuře ještě **pokladťe 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