

Potrawy na niedzielę lub święto

Powinny być wykwintne, eleganckie i lekkie. Wybór padł na chudą wieprzowinę oraz sezonowy rarytas - kurki.

Pieprznik jadalny, nazywany zwyczajowo kurką, smakuje znakomicie w różnorodnych potrawach nadając im zdecydowany smak oraz intensywny, grzybowy aromat. Niedzielnym specjałem może okazać się zarówno zupa krem z kurek, jak i chuda wieprzowina w gęstym sosie kurkowym lub po prostu kurki lekko podsmażone i uduszone na maśle podane do pieczonych polędwiczek.

Zraziki wieprzowe w gęstym sosie kurkowym

Składniki: 50 dag schabu bez kości, 30 dag świeżych kurek, 2 cebule, ¼-1 szklanki rosółu, łyżka mąki, 3 łyżki zimnego mleka, 4 łyżki śmietany kremowej, sól, świeżo mielony pieprz, oliwa z oliwek i masło (pół na pół)

- Umyte i osuszone mięso kroimy w poprzek włókien na cienkie plastry, lekko rozbijamy, oprószamy solą, pieprzem i mąką. Smażymy na rozgrzanym tłuszczu rumieniąc z obu stron. Sznyce przekładamy do rondla i trzymamy w ciepłym miejscu.
- Bardzo dokładnie oczyszczone z ziemi, umyte i odsączone z wody kurki kroimy (małe okazy pozostawiamy w całości). Obrane cebule drobno siekamy. Na pozostałym ze smażenia tłuszczu podsmażamy posiekaną cebulę.
- Gdy się zeszkli, dodajemy kurki i smażymy, często mieszając, przez kilka minut. Podlewamy rosółem, przykrywamy i dusimy na wolnym ogniu przez około 20 minut.
- Zagęszczamy mąką rozprowadzoną w niewielkiej ilości zimnego mleka, zagotowujemy, trzymamy na ogniu nie dłużej niż przez 2 minuty (kurki nie lubią długiego gotowania).
- Po zestawieniu z ognia łączymy ze spienioną śmietaną, doprawiamy do smaku solą i świeżo mielonym pieprzem. Sos powinien mieć konsystencję gęstej śmietany. Gorącym sosem zalewamy porcje mięsa, rondel przykrywamy, wstawiamy na 5 minut do gorącego piekarnika.

Podajemy z ziemniakami suto posypanymi zieleniną lub z kładzionymi kluseczkami.

Kotleciki z polędwiczek z kurkami

Składniki: 60 dag polędwiczek wieprzowych, 3 łyżki sosu sojowego, 3 łyżki oliwy z oliwek, łyżeczka soku z cytryny, 3 ząbki czosnku, świeżo mielony pieprz, 40 dag dorodnych kurek, 2 łyżki masła, cebula, sól



- Umyte, osuszone, pozbawione grubych błon i ścięgien mięso kroimy w poprzeczne plastry grubości około 3 centymetrów. Sos sojowy łączymy z sokiem z cytryny, oliwą z oliwek i przeciśniętym przez praskę czosnkiem, doprawiamy do smaku pieprzem.
- Każdy plaster rozbijamy kantem dłoni i smarujemy przygotowaną marynatą, układamy w miseczce i odstawiamy na 20 minut w chłodne miejsce.
- Bardzo dokładnie oczyszczone z ziemi, umyte i odsączone z wody kurki kroimy (małe okazy pozostawiamy w całości). Obraną cebulę drobno siekamy. Na rozgrzanym maśle podsmażamy cebulę, gdy się zeszkli, dodajemy kurki, oprószamy solą oraz pieprzem i smażymy, często mieszając, przez kilka minut. Podlewamy niewielką ilością wody, przykrywamy, dusimy na wolnym ogniu przez około 20 minut.
- Zamarynowane kotleciki smażymy na patelni grillowej, rumienimy z obu stron. Usmażone przykrywamy i trzymamy na gorącej patelni przez 10 minut, aby mięso „doszło”.

Podajemy z gorącymi kurkami z patelni oraz ziemniakami obficie posypanymi posiekanym koperkiem i z dodatkiem zielonej sałaty polanej spienionym sosem jogurtowym.

Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu