

# FLORENTÁNA - PÁŘRODNÁ KUŘECÁ PLÁTKY Z PRSOU I ZE STEHEN

Ášter½, 12 Á™Á-jen 2021

PÁřrodná- kuřecá- plátky jsou taková½ malá½ pilá-Á™ domá-cá-ho va™ená-. Vyniká- malou pracností-, pář-je rychle dosažitelnou měkkostí- a možnost- dočutit je na věchny myslitelně zpěsoby. No a taky se na nich dá poznat jak vláďce kuchyně vláďne zřkladně-m kuchařskám technikám. Ne tím pokročilám. Docela a doista zřkladně- PÁřejme si tedy pro tentokrát zlatavě (nikoli bledě) kuřecá- plátky s pář-jemně vlářznou (nikoli mdlou) chutí-, nájavnatě (nikoli tuhá a suchá), doprovázeně sympaticky zhoustlou ářřivou (nikoli vodnatou a nikoli klišovatou), to v pář-jemně množstvím- a bez použití- jakžchkoli dochucovadel.

## Maso

na pářrodná- kuřecá- plátky

### Co vzít jako

zřklad pro pářrodná- kuřecá- plátky? Maso z prsou, nebo vykostěné maso ze stehen? Odpověďm poněkud obářsto padesátě

osmě zopakuj sama sebe: každě zvě-Á™e má jen dva druhy masa: MASO RYCHLĚ A MASO POMALĚ. První- druh masa pocház ze svalů, které zajiřřujě pohyb. Patř sem svaly z nohou, břmicha, křdel, dokonce vřřkacě svaly, protože i ty musí zvládnout dost slušnou námahu. Druhě druh masa pocház naopak ze svalů, které zajiřřujě stabilitu a rovnováhu. U drěbe je to prsně- maso a u řřnohářch zvě-Á™at svaly uloženě poděl pářte, jako je vepřově panenka nebo peřeně a taky hověř- svěřkově a rořitě.

### První- druh

maso je logicky vlářzněji zřsobeně krvě-, tedy tmavě- a zřroveě prorostlejšě. Má řruběř- svalově vlářkna, obsahuje bířny, řřluchy, tukově prorosty, a to nejen na povrchu, ale i uvnitě. Druhě druh masa je oproti tomu dokonale libově½, řřstě½, svřtlejšě-, a pokud nájakě blanky má, tak hlavně na povrchu. Kvěli rozdělně povaze řřchto dvou druhě masa se na každě z nich hodě- jině tepelně řřprava a jině postup.

### Prvnímu druhu

to docela dlouho trvě, neřř změkne. Nejprve se toto maso musí zahřřit, a pak je řřtě potěbuje pářmi těto teplotě nájakou dobu pobřřt. Věchny prorosty a tuřeně řřřsti povolě- pouze dostatečně½m teplem. Druhě druh je naopak minutkově½ a nepotěbuje teplem řřřpit. Kdyřř se toto maso dost prořře, je hotově. Mnoho tepla mu řřřkodě-, vysuřřuje ho, maso tuhne a tvrdne. Mářř a řřřavnatě uřř bylo, jen si toho kuchař neřřimnul.

### Platě- tu

je řřtě jedna děleřřitě zřřkonitost: řřř-m věřřě- zvě-Á™e, řřř-m věřřě- rozdělně mezi řřřmito dvěřma druhy masa.

### Co z toho

vypřřvěř pro pářrodná- kuřecá- plátky? Řřě maso z prsou je minutkově, zatě-mco maso ze stehen je pomalě. Ale protože je kuřecě celkem malě zvě-Á™e, mářř- si tyto dva druhy masa k sobě poměrně blě-zko a náj kdy se dářř- v receptech zaměřřnit. Prsa, která by měla břřřt z povahy věřřci pouze minutkově, ušřř- i krářř- duřřeně-, a stehna, jsou-li vykostěně, zvládnou změkknout uřř těměřř za přř hodiny.

Tento recept, vÁjm tedy bude fungovat na oba druhy kuÁ™ecÁ-ho masa. Za podmÁnky, Á¾e si z nich udÁ›lÁjíte plÁjtky o stejnÁ© vÁ½Ájce a zbavÁ-te se vÁjch kostÁ-, kÁÁ¾e a chrupavek. Tepla a tekutiny bude tak akorÁjt, aby obojÁ- bylo milosrdnÁ© pro kÁ™ehkÁj kuÁ™ecÁ- prsa, a zÁjroveÁˆ dost na zmÁ›knutÁ- prorstlejšÁjÁ-ch kuÁ™ecÁ-ch stehen.

### ZÁklad

chuti pro pÁ™rodnÁ- kuÁ™ecÁ- plÁjtky

### PÁ™rodnÁ-

plÁjtky vznikajÁ- tak, Á¾e se maso nejprve zprudka opeÁ•e, potom se trochu podlijí a jeÁjtÁ› se chvÁ-li dusÁ- pod pokliÁ•kou, aÁ¾ je mÁ›kkÁ© tak akorÁjt. Na barvÁ› a chuti vÁ½sledku se ze vÁjeho nejvÁ-c podepÁ-Áje, kdyÁ¾ osmahnutÁ© maso podlijete co nejpozdÁ›ji, v podstatÁ› aÁ¾ v okamÁ¾iku, kterÁ½ leÁ¾Á- na pomezÁ- vydatnÁ©ho opeÁ•enÁ- a pÁ™ipÁjlenÁ-.

### Barva na

povrchu masa a barva pÁ™peÁ•kÁˆ na dnÁ› hrnce pÁ™edÁj barvu ÁjÁ›vÁ›. Bez vÁ½raznÁ©ho opeÁ•enÁ- budete mÁ-t ÁjÁ›vÁ›vú bledou. To by se jeÁjtÁ› dalo zamaskovat napÁ™klad barevnÁ½m koÁ™enÁ-m, jako je kari nebo paprika, pÁ™padnÁ› protlakem, ajvarem, suÁjenÁ½mi houbami. Nebo lze do bledÁ© ÁjÁ›vÁ›vy pÁ™ilÁ-t smetanu a vydÁjvat to vÁjchno za svÁ›tlou smetanovou omÁjÁ•ku.

### Ale barva na

povrchu masa taky pÁ™edÁj ÁjÁ›vÁ› chuÁ›. A kdyÁ¾ tahle chuÁ› chybÁ-, uÁ¾ se to tak snadno jako barva zamaskovat nedÁ› â€ˆ leda nÁ›Á-m, co masovou chuÁ› zV½razÁ›uje. Tedy pÁ™myslovÁ½m bujonem nebo nÁ›Á-m jinÁ½m, co obsahuje glutamÁjt (sÁ›jovÁj omÁjÁ•ka, worcestr, vegeta, podravka, magi a jim podobnÁ©).

### JinÁ½mi slovy:

kdyÁ¾ neopeÁ•ete maso poÁ™dnÁ›, bude to mdlÁ©. MÁÁ¾ete si to dochucovat solÁ-, koÁ™enÁ-m i bylinkami, jak chcete, ale poÁ™d to nebude ÁºplnÁ› ono. ZachrÁjnÁ- vÁjs z toho jen dochucovadla s glutamÁjtem. A naopak, pokud se nauÁ•Á-te opÁ©ct plÁjtky masa zprudka a dÁ›kladnÁ›, uÁ¾ nikdy nebudete dochucovadla potÁ™ebovat.

### MnoÁ¾stvÁ-tekutiny

#### V receptu

pouÁ¾vÁjm na podlitÁ- vodu â€ˆ jen trochu, asi Á•tvrt litru. ÁšplnÁ› to staÁ•Á-, maso taky trochu ÁjÁ›vÁ›vú pustÁ- a nakonec bude omÁjÁ•ky dost. NicmÁ©nÁ› pokud byste mÁ›li v Áºmyslu vyrobit omÁjÁ•ky vÁ-c, uÁ¾ ji nemÁÁ¾ete nastavit dalÁjÁ- vodou â€ˆ teÁ• je chuÁ› podle mnoÁ¾stvÁ- surovin v receptu v rovnováze a voda by ji naÁ™edila.

### MÁ-sto

dodateÁ© vody je tÁ™eba pouÁ¾tÁ-t nÁ›jakou jinou tekutinu, kterÁj vlastnÁ- chuÁ› uÁ¾ máj. NapÁ™klad vÁ½var. Nebo rajÁ•atovou passatu. Trochu vÁ-na. Smetanu. Vodu z namoÁ•enÁ½ch hub. Vodu z vaÁ™enÁ½ch brambor. Zeleninová© pyrÁ© ze vÁ•erejšÁjka. Zbylou omÁjÁ•ku Ái ÁjÁ›vÁ›vú od jinÁ©ho masa. A tak podobnÁ›.



Přesně toto jsem myslela - vodná - vřelou, ¼e pář-rodná- kuřecí- plátky jsou dle ¼it½m pilřem domř-cho vařmenř...

## Suroviny

600-800 g kuřecích prsních nebo stehenních ř-zkř (bez kosti) ½ lřky soli 2 lřce oleje nebo řidla 3 lřce hladř mouky 1 cibule

Postup Kuřecí- prsa seř-znřte na plátky silř 1-1,5 cm.

Vřec nevadř, ¼e kařd½ bude jinak velř½, jde tu pouze o sjednocenou vřřku. Stehennř- maso nemusřte nijak vřřkovř, upravovat, ale zase ho naopak rozkrojte uprostřed, kde se samo od sebe vizuřlnř oddřluje ř ono by se přmi duřenř- v řch mřstech stejnř rozpadalo a s menřř-mi kousky se vřřm bude lřpe pracovat. Maso oplřchnřte, osuřte, a jemnř paliřkou naklepejte ř řplnř stařř- z jednř strany, a to ř vnitřnř-, kterř nenř- tak hladřř, jako strana vnřřř. Cibuli oloupejte a nakřřte na drobnřř kostřky (velřř nejvř½ jeden centimetr). Mouku nasypejte na talřř. Maso z obou stran osolte. V kastrolu zařnřte zahřřvat tuk na střednř silřm a ř silnřř-m vřřkonu plotřřnky. Jakmile bude tuk dost horkř½, ¼e by zařal bublat, pokud byste do nřř utrousili řdibec mouky, vezmřte plřtek masa, vnitřnř- stranou (viz vřřř) ho polořřte do mouky, zvednřte a oklepte. Touto mouřnou stranou ho vlořřte do horkřřho tuku a nechte opřkat. Stejnřřm zpř sobem dostařřte do kastrolu jeřřtř přř dalřřch plřtkř masa, a ř bude dno zaplnřnř. Opřřte pomřrnř zprudka a přmesto trpřřlivř. Bude to prskat, ale bez toho nikdy nedocřřte sprřřnřho opeřenř. Maso nepřřřuchujte, neposunujte, nenadzvedřřte a přmedřasnř ho neotřřřte. Obrãřte ho teprve ve chvřli, kdy mřř vřřraznř½ a sytř½ odstř-n zlatavř hnřř barvy, tedy zhruba po 3-5 minutřch podle intenzity tepla. Na druhř stranř ho opeřte stejnřřm zpř sobem. Opeřenř plřtky masa zatřřm vyjmřte stranou na talřř, abyste mřřli v kastrolu mřřsto pro opeřenř- i řch zbřřvajř-cřch. Jakmile mřřte vřřřchno maso opeřenř, do zbytku tuku v kastrolu vhořřte nakřřjenou cibuli. Trochu ztlumte řřř plotřřnky, na cibuli uřř nemusřte tak zhurta. Mřřchejte a nechte ji trochu zeřřtnout. Kdyby se vřřm cokoli chtřřlo zařřt přřpalovat, podlijte kritickř mřřsto lřř-cř-vody a odvařřte, přřřřlenř- se řřm oddřřlř-, ne řř cibule zmřřkne a zřskřř barvu. Opeřenou cibuli zalijte 250 ml vody a přřřte vřře k varu. Do tohoto zřřkladu budouř- řřřřř vlořřte odpořř-vajř-cř-maso, a to dolřř tou stranou, kde byla mouka. Přřřřte i vřřřchno, co z masa mezitřm vyteklo na talřř, zmřřnřřte teplo plotřřnky jeřřtř vř-c, v podstatř na minimum a kastrol zakryjte poklicř-. Takto nechte duřit 20-30 minut v přřř-padř prsou, 35-40 minut v přřř-padř stehennř. Kařřdřch 10 minut maso obrãřte na druhou stranu a řřřřř promřchejte, aby se nic nepřřpalovalo. Ke konci duřenř- řřřřřřv ochutnejte, zda je dost slanřř, přřř-padnř, ji dosolte. Pokud mřřte v řřmyslu hotovou řřřřřřv přřř vyjmřte maso stranou a vřřřchnu tekutinu v kastrolu prořřřte přřř cednř-k. Cibule je dost mřřkkřř a nechřř se řřřda propasř-rovat, co řř přřřřř řřřřřřvř chuřř i strukturu. Pokud je to potřřřeba, znovu řřřřřřv letmo dosolte.

## FLORENTřNA