
Filety z kury lub kaplona na grzance

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2885 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 10 min.

2 piersi kurze lub 1 piers z kaplona,

60 g masła,

1 marchewka,

1 pietruszka,

kawalek selera,

1 mala cebula,

4 duze podluzne grzanki,

sol, pieprz.

Sos:

350 g pieczarek,

1 srednia cebula,

1 lyzka maki,

1 lyzka masła,

200 ml smietanki kremowej,

sol, pieprz.

1. Piersi oczyszcic z blony zewnetrznej, wyciac resztki kosci skrzydelkowej.

Kazdy filet rozlozyc, przeciac na pol, starannie oplukac. Przygotowac 4 dosc

duze, podluzne grzanki grubosci 1,5 cm.

2. Jarzyny i cebule obrac, umyc. Zagotowac w garnku niewielka ilosc wody, wlozyc filety, jarzyny, dodac sol, szczypte pieprzu, gotowac 10-15 min. Gdy filety beda juz na pol miekkie, wyjac z wywaru, osaczyc, osuszyc.

3. Przygotowac sos: pieczarki umyc, ugotowac w malej ilosci osolonej wody razem

z posiekana cebula. Po 30 min przecedzic (wywar zachowac) i pokroic na paseczki. 8 najdorodniejszych sztuk (same kapelusze) zostawic w calosci do przybrania grzanek. Zrumienic na patelni make z maslem, rozprowadzic zimnym wywarem z grzybow, dodac pieczarki, smietanke, sol, pieprz i zagotowac. Jesli

sos bedzie zbyt rzadki, pogotowac jeszcze chwile, ciagle mieszajac.

4. Grzanki posmarowac maslem i polozyc na kazda filecik z piersi. Przelozyc do

zaroodpornego naczynia wysmarowanego maslem, zapiekac 15 min w piekarniku

nagrzanym do temp. 200°C. Po tym czasie wyjac, polac sosem i podac na polmisku przybrane calymi gotowanymi pieczarkami.

- Jedna piers z kaplona, o wiele wieksza niz z kury, wystarczy na 4 grzanki.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 31 "Drób", strona 30.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)