

Slovo autorky

Dôvodov, prečo sa hydinové mäso často a pravidelne objavuje na našom stole, je viacero: jeho ľahká dostupnosť, neobmedzené množstvo spôsobov úpravy, ľahká stráviteľnosť, možnosť prípravy diétnych a energeticky nenáročných pokrmov a koniec koncov i cena. Naši predkovia spracovávali hydinu pred tepelnou úpravou nákladnejším a zložitejším spôsobom, my ju kupujeme už vypitvanú, očistenú, prípadne zbavenú kože a vykostenú.

Hydinové mäso upravujeme tepelne všetkými spôsobmi, a to varením, dusením, opekaním, pečením i vyprážaním. Veľkej obľube sa v poslednom čase teší grilovanie. Pri akejkolvek úprave môžeme chuť pokrmov ľahko obmieňať. Najväčšou výhodou, predovšetkým v prípade kuracieho mäsa, je jeho rýchle a krátke tepelné spracovanie. Ľudia, ktorí uprednostňujú zdravú a vyváženú stravu, ocenia na hydinovom mäse obsah živočíšnych bielkovín, vitamínov aj ďalších látok a najmä nízky obsah tukov.

Rôzne ochutenú upečenú väčšiu hydinu podávame najmä pri výnimočných slávnostných príležitostiach, avšak kura sa na domácom jedálnom lístku objavuje aj viackrát týždenne. Na ochutenie používame najčastejšie klasické korenie, ako je soľ, rasca, sladká alebo mierne štiplavá paprika, všetky druhy korenia – celého i mletého, karí korenie a mletý ďumbier. Postupne sa presadzujú aj donedávna menej obvyklé prísady, ako je napríklad med. Čo najviac by sme však mali využívať čerstvé i sušené zelené vňate a nezabúdať na cibuľu, cesnak alebo pór. Brušnú dutinu hydiny plníme pred pečením menšími očistenými jablkami a používame aj rôzne plnky. Najbežnejšie sú zemiľová či mandľová, no môžeme si vybrať aj z bohatej ponuky ďalších druhov plniek.

Nezabúdajte, že príprava a chuť pokrmov z hydiny je vždy závislá od vašej fantázie. Všetko ostatné nájdete v našich receptoch.

Dobrú chuť vám želá
Hana Sedláčková

HYDINOVÉ MÄSO - HODNOTA A VYUŽITIE

Stráviteľnosť hydínového mäsa	10
Mechanické spracovanie	
pred tepelnou úpravou	11
Pitvanie	11
Vykostovanie	12
Solenie a korenenie hydiny	13
Ďalšia príprava	13
Plnenie	13
Tepelná úprava	14
Varenie a dusenie v tlakovom hrnci	14

RECEPTY

KURČA

Kurča varené

S kaparovo-smotanovou omáčkou	18
S „margranitovou“ omáčkou	18
So sardelovou omáčkou	19
S red'kovkovou omáčkou	19
So syrovou omáčkou s karfiolom	20
S vínovou omáčkou s mandľami	20

Kurča zaprávané

S kalerábom a estragónom	21
S jarnou zeleninou	21
V syrovej omáčke	22
So žalúdkami a šampiňónmi	22
V jemnej omáčke na viedenský spôsob	22

Kurča dusené

Na hubách na taliansky spôsob	23
Na zelenine s brusnicami	24
Na zelených paprikách	24
Na cibuli so zemiakmi a ligurčekom	25
S jablkami a so smotanou	25
S divokým korením	26
So zeleninou a s cesnakom	26
So žľkovou omáčkou	26
V zelenine so zemiakmi	26
Na gruzínsky spôsob	27

Kurča dusené v tlakovom hrnci

Na kaleráboch a zelených vňatiach	28
Na zeleri	28
Na cibuli so zelerom a s jogurtom	29
Na cibuli a estragóne	29



Na cibuli, jablkách a smotane	30
Na cibuli s jablkami a karí	30
Na cibuli s cesnakom a hráškom	30
S cibuľou, mrkvou a rozmarínom	30
S cibuľou a klobásou	31
Na cibuli s chrenom	31

Vykostené kuracie mäso

dusené v tlakovom hrnci

Plátky na cibuli a paradajkách	32
S brokolicou, jablkami, paprikou a so šampiňónmi	33
Plátky na cibuli s bôčikom	33
So slaninou, s cesnakom, pikantným zeleninovým šalátom a so zeleninovou zmesou	33
Plátky na smotane s karí korením	33

Kuracie stehná dusené

Na cibuli a zeleri	34
S paprikami a so šampiňónmi	34
Na cibuli s jablkami a karí	35

Kuracie stehná dusené – plnené

Základná plnka	35
Jablková s klobásou	35
Papriková	36
Zeleninová	36
Žemľová s údeninou	36
Šampiňónová	36

Kurča pečené

V soli	37
Na masle	37
S rozmarínom	37
Na karí korení	38
Na sardelovej paste	38
Na slanine s cesnakom	38
Na spôsob bažanta	39
Plnené cibuľou a cesnakom	39
Na taliansky spôsob	40
S paprikou	40
V jarnej úprave	41
S pečienkovou závärkou	41
Plnené na poľský spôsob	41
So žemľovou plnkou	42

Kurča pečené v porciách

Zaliate maslom	43
S bôčikom, cesnakom a paprikou	43
S vegetou	43
Zapečené s paradajkami a so syrom	43
V kastróle s klobásou	44

Závitky a rolády

Závitky z prs alebo zo stehien	45
Plnky	46
S údeninou a údenárskymi výrobkami	46
S vajcami	46
Rolády z kuracích prs	46
Roláda plnená vajcami s údeninou a hráškom	47
Plnka so šampiňónmi	47
Mäsová plnka s párkami	47

Kurča zapečené

S ryžou a so syrom	48
So špargľou v omelete	48
So šunkou	49
S anglickou slaninou	49
S jablkom a so strúhankou	49
S ryžou a hráškom	50

Kurča vyprážané

Dvojité rezne plnené šampiňónmi	52
V trojobale	53
Pikantné v trojobale	53
Parížske	53
Kyjevské kotlety	54
Parížske rezne	54
V syrovom cestíčku	55
S plnkou z pečienok	55
So šunkovou plnkou a syrom	56
So šunkovou salámou	56
Marinované	56

Minútky z kurčťa

Prírodný rezeň	57
Rezančky ako minútka	57
S karí a cibuľou	57
S karí a pórom	57
S karí a egrešmi	57
Na taliansky spôsob s cesnakom a cibuľou	58
S arašidmi	58
S karí, mandarínkami a brusnicami	59
S hanáckym šalátom	59
So štiplavou paprikou	59
Na taliansky spôsob s kečupom	60
So šampiňónmi	60
So šampiňónmi a šľahačkou	60
Ihla s anglickou slaninou	61
Ihla s pečienkou a jablkami	61



SLIEPKA

Sliepka varená

Vývar a varené mäso	64
S bylinkami a mandľovou omáčkou	64
Na maďarský spôsob s cibuľou a paprikou	65
V kapuste so slaninou a s paprikou	66
Ragú so zeleninou	66
Rizoto s pórom a vajcami	66
Rizoto so zeleninou, s ďumbierom a so syrom	66
Rizoto s nivou	67

Sliepka dusená

Dvadsať prísad	68
Na cibuli s klobásou	69
Na cibuli a tymiane so smotanou	69
Na slanine s estragónom	69
Na šampiňónoch	69
Na zelenine so slaninou	69
Slepačí paprikáš	70
Na zelenine v pikantnej úprave	70
S citrónovou omáčkou	71
Na španielsky spôsob	71
À la segedínsky guláš	72

Sliepka dusená v tlakovom hrnci

Na cibuli s cesnakom a kelom	73
Na cibuli s pretlakom	73
Na majoráne so zemiakmi	73
S nakladanou zeleninou	73
Na cibuli a s kapiou	74

Sliepka pečená

Na slanine	75
Na slanine s cesnakom	75
Na slanine s lečom a so smotanou	75
Na cibuli s jablkami	76

Sliepka pečená v porciách

Na slanine a cibuli	76
Na zelenine a víne s hrozičkami	77
Na zeleri a smotane	77
Na cibuli s ligurčekom, jablkami a so smotanou	78

PERLIČKA

Perlička pečená

So smotanovou omáčkou	79
-----------------------	----

HUS

Hus pečená

Na cesnaku	84
Na rasci	84
Na ďumbieri a pive	84
Plnená klobásou a kyslou kapustou	85
Plnená kyslou kapustou a jablkami	85
Na staročeský spôsob	85
V šolette	85

Hus pečená – plnená

S jablkami	86
So šampiňónovou plnkou	86
So žemľovou plnkou s vínom	87
S ryžovou plnkou s husacou pečienkou	87

Husacie drobký 87

KAČICA

Kačica pečená

S rascou	88
Na cibuli	88
S cibuľou, jablkami a so zemiakmi	88
S jablkami	89
Na pomarančoch	90
S medom, cibuľou a jablkami	90
Na šampiňónoch	91
Plnená kyslou kapustou	91
S majoránom	91
Na šumavský spôsob	92
Na staročeský spôsob	93

MORKA A MORIAK

Morka a moriak pečené

Na slanine a masle	98
S jablkami a ďumbierom	98
S mäsovou plnkou na zelenine	98

Plnky do moriaka, morky a inej hydiny

Z pečienok	98
Mandľová	99
Mäsová	99
Mäsová so šamiňónmi	99

Morka a moriak v porciách

Na červenom víne	100
Na masle s mandľami	100
Na masle s koňakom, broskyňami a so syrom	101



Na masle a ďumbieri s orechmi	101
Na šampiňónoch s údeným syrom	102

Morčacie prsia

Pečené na slanine	103
Roláda so šunkou, s vajcami a so zeleninou	103
Plnka so šunkou, syrom a jablkami	103

Závitky z morčacích prs

S hermelínom a broskyňou	103
--------------------------	-----

Morčacie stehná dusené

Na cibuli a estragóne	105
Na zelenine a červenom víne	105
Nadivoko so smotanovou omáčkou	105
Na cibuli s jablkami a kečupom	106
Na slanine so šampiňónmi	106
Marinované, na cibuli s ďumbierom	106
Marinované, na slanine a masle	106
Marinované, na paprikách	107
Závitky plnené párkami	108

Závitky v tlakovom hrnci

Na cesnaku, cibuli a jablkách	109
-------------------------------	-----

Morčacie stehná pečené

Na masle s mandľami	109
Prešpikované slaninou	109
So sardelovou pastou	109

Morčacie stehná na ihle – špíze

S cibuľou, údeným bôčikom a so zelenou paprikou	110
S cibuľou a anglickou slaninou	111

HOLUB**Holub varený**

S bielou omáčkou na staročeský spôsob	112
--	-----

Holub dusený

Na paprike	112
Nadivoko	112
Nadivoko na smotane	113

Holub pečený

Na slanine	113
So žemľovou plnkou	113

Holub vyprážaný

V trojobale	113
-------------	-----

**STUDENÉ PREDJEDLÁ
A MALÉ POHOSTENIE****Šaláty**

S ananásom	117
S kalerábmi	117
So zelerom, s jablkami a kapiou	117
S nakladanými hubami, uhorkami a kapiou	118
S ovocím a hlávkovým šalátom	118
S ovocím a so zeleninou – pestrý	118
S feferónkami	119
So šampiňónmi	119
S marinovanými šampiňónmi a so šunkou	120

S majonézou

S jablkami a hráškom	120
S cibuľou	120
So zelerom a s jablkami	121
S ryžou	121
S jablkami, uhorkami a kečupom	121
S čakankou a pomarančom	122
S karí korením a jablkami	122

So šľahačkou

S ementálom a pomarančmi	122
So šunkou, s jablkami a chrenom	122
So zeleninou, s ovocím a kečupom	122

Zo slepačieho mäsa

S cibuľou a papričkami – pikantný	123
S kapustou, cibuľou a paprikami	123

Nátierky

S jablkami a chrenom	124
S jablkami a mrkvou	124
S karí a so strúhaným syrom	124
S reďkovkami	124
S vajcami	124

Peny

S bešamelom (na plnenie vajec)	125
Nadstavená	125
So šunkou	125
So šľahačkou a s pomarančom	125

Krémy

Plnené paradajky	126
Papriky plnené krémom s údeným mäsom	127

**Kuracia galantína**

Na francúzsky spôsob	128
----------------------	-----

Paštéty

Z husacej pečienky – pečená	130
Z husacej pečienky – varená	130
Z husacej pečienky so šunkou	130
Z hydinových pečienok, hovädzieho a bravčového mäsa	131

Pudingy a nákypy

Puding z hydinových pečienok	132
Ryžový nákyp z drobkov a mäsa	133
Puding z pečienok a drobkov	133

Obložené chlebičky**Z pečeného kuracieho mäsa**

S bylinkovým maslom	134
S paprikovým maslom	135
So sardelovým maslom	135
S lososom	135
S remuládovou omáčkou	135

Z pečenej husi

S chrenom	135
S uhorkovým maslom	135
S pikantnou nátierkou	135
So sladkokyslými uhorkami	136

Z pečenej kačice

S čerstvou štiplavou paprikou	136
S cesnakovou masťou a pažítkou	136
S chrenovým maslom	136

Z pečenej morky

S mandľami	136
S nakladanou cibuľkou	136
S orechovým maslom	137
So syrom a s pomarančmi	137

POLIEVKY A TEPLÉ PREDJEDLÁ**Polievky**

Z drobkov a s rezancami	140
Rezance	140
Knedlíčky z droždia	140
Z drobkov s knedličkami z droždia	141
Z drobkov zahustená	141
Z drobkov zahustená paradajkovým pretlakom	142
Jemný krém s brokolicou	142
Jemný krém so zeleninou	142
Jemný krém so syrovou zápražkou	143

Zelerová s hydinovým mäsom a drobkami	143
Rýchla cibuľová polievka s vývarom	143
Cibuľová polievka s údeným mäsom a so zemiakmi	143
Karí – Mulligatawny soup	144
Fazuľková s hydinovým mäsom	144
Karfiolová s hydinovým mäsom	145
Pórová s hydinovým mäsom	145
Nepravá držková z hydinového mäsa	145
Studená paradajková z vývaru	145

Teplé predjedlá

Zapečené lastúry s karfiolom a hráškom	146
Jemná zmes na lastúrach	146
Zapekané drovky s paradajkami	147
Salámové košíčky s hydinovou plnkou	147
Hrianky s pikantnou zmesou	147
Vaječné omeletky s plnkou a so špargľou	147

**GRILOVANIE A PRÍPRAVA HYDINY
V ALOBALE A VO FÓLII****Hydina na ražni**

Kurča	151
Cesnakové kurča	152
Karí kurča	152

Hydina na rošte

Kurča na rošte	153
----------------	-----

Hydina v alobale

Ihla s jablkami a chrenom	155
Ihla s jablkami a petržlenovou vňaťou – diétna úprava	155
Ihla s ovocím	156
Ihla s paprikou a anglickou slaninou	157
Rezne s banánom	157
Rezne s pečienkami a so slaninou	157
Rezne s paradajkami a cibuľou	158
Rezne so sardelami, s paradajkami a ligurčekom	158
Rezne s vaječnou zmesou, so zelerom a šunkou	158
Rezne so šampiňónmi	158

Nevykostené hydínové mäso v alobale

S maslom a petržlenovou vňaťou	159
So slaninou	159
S karí a pomarančom	159



Na cigánsky spôsob	160	Na vinársky spôsob	172
Na vegete	160	Na slanine s cibuľou a klobásou	173
Morčacie stehná		Znojenské	173
S paprikou a so slaninou	160	S karí korením a jablkami	173
S cesnakom a so slaninou	161	V jarnej úprave	174
S jablkami a ligurčekom	161	V leče	174
S cibuľou, so slaninou		Perkelt so zelenými paprikami	174
a zelenou paprikou	162		
S vegetou a so šampiňónmi	162	Opekané	
Hydina pečená vo fólii a v papilote		Anglické	174
Hydina v papilote	163	Berlínske	175
Pokrm z vareného hydinového mäsa		Na cibuli s papričkami a so syrom	175
Hašé		Na cibuli	176
Jemné	164	S hroznom	176
Pikantné	164	Na cibuli s karí a so strúhankou	176
S paprikou	164	Na cibuli s arašidmi a čili	177
Knedličky s karfiolom		Na paprikách	177
v smotanovej omáčke	164	So šampiňónmi a šunkou	177
Nákypy		So šampiňónmi a smotanou	177
Nákyp z cestovín s mäsom	165	V horčicovej omáčke	177
Nákyp z cestovín s mäsom,		Halušky opekané	177
pretlakom a hermelínom	165	Stroganov	178
Cestoviny		Ako mozoček	178
Rezance na staročeský spôsob	166	Žalúdky	
Špagety s mäsom a pórom	166	Polievky zo žalúdkov	
Špagety s jemnou omáčkou	166	S fazuľkou a vajcom	179
Omelety		S hubami a so smotanou	179
Ľahká omeleta s plnkou	167	S koreňovou zeleninou	179
Rizolky s jemnou plnkou	167	Cibuľová	180
		S jarnou zeleninou a so smotanou	180
		S klobásou	181
		Jemná chlebová	181
		Paradajková	181
		Dusené žalúdky	
		S hubami a paprikou	182
		Na slanine s klobásou	182
		S pikantnou zeleninou	183
		Na cibuli s jablkami	183
		Na znojemský spôsob	184
		S hráškom a pórom	184
		Zaprávané s pažitkou	184
		Ďalšie pokrmy z drobkov	
		Rizoto s karí korením	184
		Rizoto so zeleninou	185
		Zaprávané s karfiolom a knedličkami	185
		Zaprávané s domácimi rezancami	186
		Špagety so zeleninou, s drobkami	
		a cesnakom	186
		Register	188
POKRMY Z HYDINOVÝCH DROBKOV			
Husací krk			
Plnky do husacieho krku			
Z hovädzieho mäsa so žemľami	170		
Z hovädzieho mäsa so šampiňónmi	170		
Z bravčového bôčika			
s husacou pečienkou	170		
Hydinové pečienky			
Dusené			
Na cibuli	171		
S cesnakom	171		
Na jablkách s bielym vínom a chrenom	171		
Na cibuli s párkom	171		
Na cibuli s red'kovkami	172		
Na šampiňónoch so šľahačkou	172		