

RECEPT · 1866 LUNASOL

Pečené kuracie stehná na koreňovej zelenine a hubách

Jedlo z jedného pekáča, ktoré prevonia celý dom lesom a rozmarínom. Šťavnaté kuracie stehná, pečená koreňová zelenina a voňavé lesné huby vytvárajú dokonalú harmóniu chutí, v ktorej sa prepájajú tradičné domáce suroviny. Ideálna voľba na sýty víkendový obed alebo hrejivú večeru, pri ktorej oceníte jednoduchú prípravu takmer bez námahy.

CELKOVÝ ČAS	JEDLO	PORCIE
1 hodina 15 minút	**obed/večera**	**4**

Suroviny

- 4 celé kuracie stehná
- 300 g čerstvých lesných húb (dubáky, kuriatka) alebo šampiňónov
- 3 stredné mrkvy
- 2 petržleny
- 1 menší zeler
- 1 veľká červená cibuľa
- 4 strúčiky cesnaku
- 2 vetvičky čerstvého rozmarínu

Postup

1. Rúru predhrejte na 190 °C. Mrkvu, petržlen a zeler očistite a nakrájajte na hrubšie hranolčeky alebo kolieska. Cibuľu nakrájajte na štvrtiny. Huby očistite a nakrájajte na väčšie kusy.
2. Všetku pripravenú zeleninu, huby a roztlačený cesnak vložte do pekáča. Pokvapkajte polovicou rozpustenej masti (alebo oleja), osoľte, okoreňte a premiešajte. Do zeleniny pridajte vetvičky rozmarínu.
3. Kuracie stehná dôkladne osušte. Zo všetkých strán ich osoľte a jemne poprášte mletou červenou paprikou pre peknú farbu. Zvyšnou masťou potrite stehná.
4. Stehná položte na zeleninovo-hubový podklad kožou nahor. Pekáč podlejte približne 50 ml vody alebo vývaru, prikryte alobalom a pečte 40 minút.

50 g bravčovej masti alebo 3 lyžice oleja

soľ

mletá červená paprika

mleté čierne korenie

5 Po 40 minútach alobal zložte, zvýšte teplotu na 210 °C a pečte ďalších 20–25 minút, kým nie je koža na stehnách krásne chrumkavá a zelenina mäkká.

Tip: Ak chcete získať ešte bohatšiu chuť výpeku, môžete pred podliatím pokvapkať zeleninu s lyžičkou masla, ktoré sa počas pečenia krásne prepojí s výpekom z mäsa.

Hotové pečené kuracie stehná podávame priamo s voňavou koreňovou zeleninou, hubami a lahodným výpekom. Jedlo z jedného pekáča prináša na stôl nielen pohodlnú prípravu, ale predovšetkým bohatú a hrejivú chuť, ktorá poteší celú rodinu počas chladnejších dní.

PRI VARENÍ SME POUŽILI



Teaková doska na krájanie
Gaya Wooden



Santoku nôž s bielou rúčkou
Lunasol Premium



Mlynček na soľ