

Šéfkuchař doporučuje...



Kuřecí prsa sous-vide, zázvorová omáčka, jasmínová rýže

se sušenými višněmi a sezamem (4 pc)

Suroviny / Postup:

Kuřecí prsa sous-vide:

800 g kuřecí prsa

řeznická sůl, chilli, sůl, pepř

Kuřecí prsa dáme do pevného vakuovacího sáčku společně s ostatními přísadami a zavakuované vaříme ve vodní lázni při 60 stupních cca 6 hodin. Tato metoda dlouhé tepelné přípravy ve vakuu se nazývá sous-vide, maso je pak velmi šťavnaté a krásně měkké. Po vyjmutí ze sáčku, maso ještě krátce orestujeme na pánvi, aby získalo lepší barvu.

Zázvorová omáčka:

1 větší cibule

1 stroužek česneku

50 g zázvoru

olivový olej

trochu vývaru

máslo, sůl, pepř

Na olivovém oleji osmahneme najemno nakrájenou cibuli do „sklovata“, přidáme najemno nakrájený česnek a nastrouhaný zázvor, krátce orestujeme a zalijeme vývarem. Krátce povaříme a na závěr zjemníme trochou másla, které nám omáčku i zahustí. Případně dochutíme solí a pepřem.