Plněný kuřecí řízek

https://varimesmarcelou.cz/drubezi-maso/plneny-kureci-rizek.html

Plněný kuřecí řízek je příjemná změna. Plnit se dá tím, co máte rádi. Teď před velikonocemi jsem chtěla připravit náplň svěže jarní – zelenou.

Na přípravu 2 plněných kuřecích řízků budeme potřebovat

- 2 kuřecí prsní řízky
- ½ bílé části pórku + jeden zelený list
- 1 polévkovou lžíci másla
- 2 polévkové lžíce nastrouhaného parmazánu nebo pecorina
- Sůl
- Pepř
- 2 párátka

Na obalování a smažení potřebujeme

- 1 vajíčko
- 1 polévkovou lžíci hladké mouky
- 5 polévkových lžic polenty (lze nahradit strouhankou)
- Olej na smažení

Postup přípravy plněných kuřecích řízků

Nejprve si připravíme náplň. Do pánve vložíme máslo a začneme zahřívat.

Pórek opereme a osušíme. Nakrájíme ho na menší kousky a přidáme do horkého másla a restujeme, až změkne. Trvá to 5-6 minut.

Pánev odstavíme a k pórku přidáme dvě polévkové lžíce jemně nastrouhaného sýra. Promícháme, lehce opepříme a osolíme.

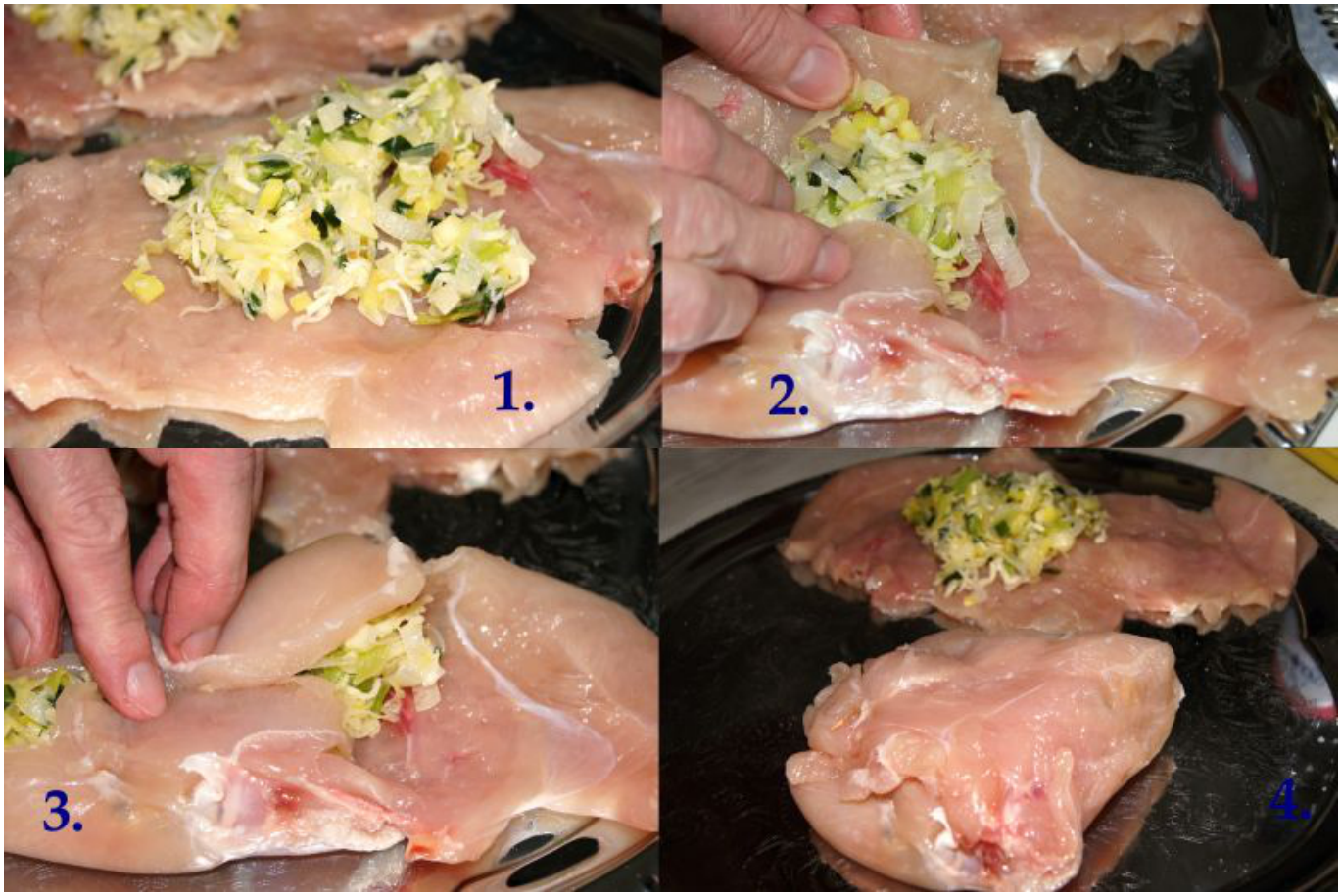
Směs na plnění necháme vychladnout.

Omyté a osušené kuřecí řízky tvořivě rozkrojíme, abychom získali větší plochu. Následně je zlehka rozklepeme, ale pozor, abychom do nich nenaděli otvory. Náplň by nám unikala.

Řízky posolíme a popepříme. Do středu každého plátku masa položíme polovinu vychladlé pórkové náplně.

Náplň můžete použít jakoukoli. Třeba usmažená vajíčka na cibulce, nebo osmažené houby. Chutná je i opečená nebo naložená červená paprika. Zkuste přidat osmažená kuřecí játra se sušenými rajčaty. Záleží jen na vaší fantazii a chutích.

Nyní řízky zabalíme. Úplně stejným způsobem, jako když balíte knihu nebo bonboniéru. Vždy přes náplň. Zleva, zprava, řízek otočíme o 90° a opět z leva a zprava.



Postupné zabalení náplně
Zdroj: Marcela Hackerová

Konec kuřecího balíčku zajistíme párátkem.

Do třech misek si připravím trojobal. Vajíčko rozšleháme, osolíme a opepříme. Kuřecí řízky obalíme v hladké mouce, protáhneme je rozšlehaným vajíčkem a následně obalíme v polentě.

Kdo nemá nebo nechce polentu, může klidně použít strouhanku. Řízek ale nebude tak křupavý.

Do pánve nalijeme vyšší vrstvu oleje a necháme zahřívat. Řízky jsou vyšší a musí se dobře propéct.

Do rozpáleného tuku vložíme řízky a smažíme je po obou stranách do zlatova. Usmažené položíme na papírovou utěrku a necháme odsát přebytečný tuk.

Ve srovnání se strouhankou není polenta tak savá.

Plněný kuřecí řízek podáváme našikmo překrojený, s bramborovou kaší nebo s hranolky, případně jen se zeleninovým salátem.

Pozor na párátko, před servírováním ho raději odstraníme.