Kuřecí či krůtí medailonky s lahodnou omáčkou ze sušených rajčat a smetany

https://varimesmarcelou.cz/kureci-ci-kruti-medailonky-s-lahodnou-omackou-ze-susenych-rajcat-a-smetany

Připravit pokrm z kuřecích či krůtích prsních řízků netrvá příliš dlouho. Důvěrně o něm mluvím jako o „rychlém mase“. Pár takových receptů se vždycky hodí. A když se přidruží ještě lahodná smetanová omáčka, pak není vůbec co řešit.

Na 4 porce kuřecích či krůtích plátků budeme potřebovat

Na maso

- 3 kuřecí / krůtí prsní řízky bez kůže, příčně nakrájené na medailonky
- Sůl
- Koření na steak
- 1 lžíce oleje

Na omáčku

- 1 lžíci oleje nebo sádla
- 1 středně velkou cibuli nakrájenou na jemné kostičky
- 1 větší stroužek česneku rozetřený se solí
- 6 ks sušených rajčat naložených v oleji a nakrájených na kostičky
- 2-3 dl kuřecího nebo zeleninového vývaru
- 2 dl smetany s obsahem tuku 33%
- 1 polévková lžíce polohrubé mouky do smetanového závarku
- Sůl
- Mletý černý pepř
- Listy čerstvého oregana nebo majoránky na dozdobení

Čas přípravy masa: **10 minut**

Doba opékání masa: **5 minut po každé straně v pánvi**

Příprava omáčky: **15 minut**

Náročnost: **snadné**

Postup přípravy kuřecích či krůtích medailonků se smetanovou omáčkou

Nakrájené a mírně naklepané medailonky kuřecího / krůtího masa z obou stran posolíme, přidáme trochu koření na steak a z obou stran lehce potřeme olejem.

Rozpálíme pánev a připravené medailonky opečeme z obou stran po 5 minutách. Při pohledu na okraj masa jasně uvidíme, že je propečený. Hotové maso položíme na nahřátý talíř a zakryjeme ho alobalem. Krásně si udrží svoji teplotu.

Do prázdné pánve s výpekem přidáme lžíci oleje či sádla a kostičky cibule. Cibuli osmažíme do momentu, kdy změkne a zesládne. Trvá to tak 4 minuty. Nesmí změnit svoji barvu. K opečené cibuli přidáme i rozetřený česnek se solí a krátce zasmažíme, ani ne minutu.

Nyní omáčkový základ zalijeme smetanou smíchanou s polévkovou lžící polohrubé mouky a vývarem. Promícháme a přidáme i nakrájená sušená rajčata. Lehce mícháme, dokud se vše nespojí v jeden celek. V omáčce nesmí zůstat žádná oka, musí být hladká. Omáčku dosolíme pokud je třeba a přidáme i trochu mletého černého pepře.



Do omáčky vrátíme maso a povaříme ji na opravdu mírném ohni 15 minut. Omáčku na talířích dozdobíme lístky čerstvého oregana či majoránky a můžeme podávat, třeba s těstovinami, nebo rýží či bramborami. U nás máme rádi bramborové knedlíky v jakékoli variantě.