Karbanátky z kuřecího masa s barevnou zeleninou

https://varimesmarcelou.cz/drubezi-maso/karbanatky-z-kureciho-masa-s-barevnou-zeleninou.html

Karbanátky z kuřecího masa jsou výborné, rozhodně budou chutnat vašim dětem i manželovi. Příprava vám nezabere mnoho času. Jsou finančně výhodné. Ze čtyř kuřecích stehen uděláte 12 karbanátků o průměru 8 cm.

Na přípravu karbanátků budete potřebovat

- 4 kuřecí stehna i s kůží
- 1 starší rohlík
- 6 ks rehydratovaných rajčat (viz poznámka na konci článku)
- 1 celé syrové vejce
- 1 stonek jarní cibulky nakrájený na kolečka
- 1/8 žluté nebo červené papriky nakrájené na malé kostičky
- 50 g sýra ementálského typu – nastrouhaného
- 4 plátky uzeného špeku nakrájeného na jemné kostičky
- 1 stroužek česneku
- 1 polévkovou lžíci nasekané petrželky
- 1 čajovou lžičku soli
- 1 kávovou lžičku mletého černého pepře
- Strouhanku na obalení karbanátků
- 2 kostky ledu
- Olej na smažení

Postup přípravy karbanátků

Kuřecí stehna vykostíme. Vykosťovacím nožem to jde raz-dva. Stačí prstem pod kůží najít kost a řez vést podél kosti.

V elektrickém nebo ručním mlýnku umeleme maso, které jsme si překrájeli na menší kousky. Rohlík nakrájíme na plátky a umeleme jej společně s rehydratovanými rajčaty.

Neseženete-li rehydratovaná rajčata, použijte sušená naložená v oleji.

Do umleté směsi nasypeme sůl, pepř a rozklepneme jedno celé vejce. Přidáme čerstvou nakrájenou papriku, nasekanou cibulku, nastrouhaný sýr, uzený špek a rozdrcený česnek. Nezapomeneme na petrželku – pro barvu.

Vše rukou důkladně promícháme.

Nyní vezmeme hmoždíř, vložíme do něj 2 kostky ledu a tloučkem je rozdrtíme na menší kousky. Ledovou drť přidáme do směsi, promícháme a necháme na chladném místě asi 20 minut odpočinout.

Ptáte se, proč přidávat led, nebo opravdu ledovou vodu? To proto, aby ze směsi byla kompaktní fáš. Zkrátka, aby se směs po usmažení nedrolila.

Připravíme si pánev a nalijeme do ní olej a necháme ji zahřívat. Z vychlazené směsi vlhkýma rukama

odebíráme tolik, abychom vytvořili v dlaních kuličku, kterou následně zploštíme do tvaru karbanátku (asi o průměru 8 cm a výšce 1,5 – 2 cm).

Karbanátky obalíme ve strouhance a smažíme v rozpáleném oleji po obou stranách do lákavé barvy lesního medu.

Tyhle karbanátky mám ráda s dýňovo-bramborovou kaší, zasypanou zelenou petrželkou a angreštovým kompotem. Pro přátele z Moravy – srstkovým kompotem.

Poznámka: Rehydratovaná rajčata prodávají například v prodejnách MAKRO v oddělení kandovaného ovoce.