# 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.**