

DANIA Z DROBIU

ODKRYJ NOWE PRZEPISY
I METODY ŁĄCZENIA SMAKÓW

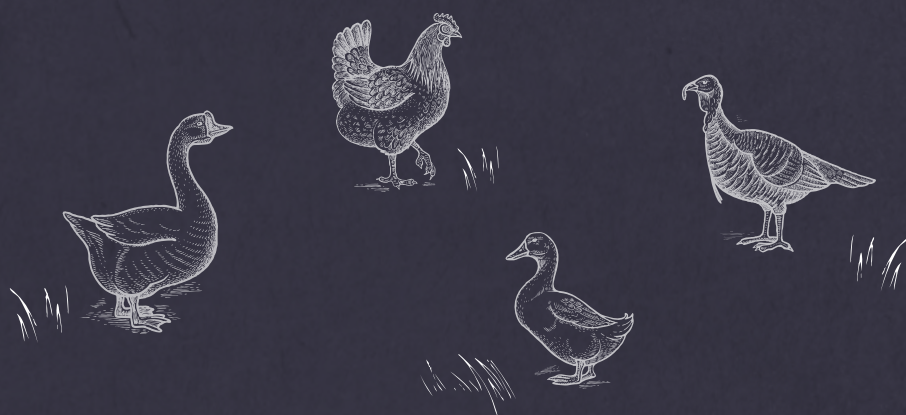


Unilever
Food
Solutions

Łatwo jest zachwycić klienta wykwintnym daniem. Sztuką jest rozkochać go w prostych, znanych mu składnikach, których smakowe połączenie i odpowiednia obróbka sprawią, iż gość z niecierpliwością będzie oczekiwał kolejnej wizyty. Chcąc sprostać wyzwaniu, nasi szefowie kuchni szukali lubianego przez Polaków produktu, który będzie miał nie tylko walory odżywcze, ale także niedoceniony potencjał walorów smakowych.

WYBÓR PADEŁ NA DRÓB.

Znajdziesz go w potrawach pod każdą szerokością geograficzną, w kuchni każdego kraju oraz religii. Smażony, pieczony, gotowany, grillowany, duszony. Jest łatwo dostępny, nie kosztuje fortuny i może zostać poddany szybkiej obróbce. Białe mięso z kurczaków, kur oraz indyków oraz czerwone mięso gęsi i kaczek różnią się właściwościami, tradycją przyrządzania i zwyczajami związanymi z ich spożywaniem. Dzięki odpowiedniej technice oraz umiejętnemu łączeniu składników dania z ich udziałem mogą stać się najbardziej cennymi pozycjami w menu. Wykorzystaj w codziennej pracy przygotowaną w broszurze wiedzę szefów kuchni Unilever Food Solutions, którzy, dzieląc się swym doświadczeniem, zabiorą cię w podróż smaków, foodpairingu, technik kulinarnych oraz inspirujących przepisów.



SPIS TREŚCI

DLACZEGO DRÓB	4
SAŁATKA Z KROKIETEM Z KURCZAKA I KLASYCZNYM DRESSINGIEM OGRODOWYM	6
RAVIOLI Z KONFITOWANĄ KACZKĄ Z SOSEM MAŚLANYM, PARMEZANEM I CYTRYNĄ	8
SAŁATKA Z PIECZONYM KURCZAKIEM, JABŁKAMI I KOPREM WŁOSKIM	10
MIODOWY KURCZAK Z GRILLOWANĄ TORTILLĄ, PAPRYKĄ I RUKOLĄ	12
BULION DROBIOWY Z WĘDZONĄ SZYNKĄ, PIECZONYM CZOSNKIEM I WARZYWAMI	14
FILET Z KURCZAKA MARYNOWANY W CYTRYNIE I TYMIANKU, Z GRILLOWANĄ POLENTĄ I SAŁATKĄ ZE SZPINAKU	16
KURCZAK W CIEŚCIE FRANCUSKIM Z PIKANTNYM SOSEM POMIDOROWO-PAPRYKOWYM I GLAZUROWANYMI ZIELONYMI WARZYWAMI	18
KURCZAK W CHRUPIĄCEJ PANIERCE Z SOSAMI: Tatarskim, BBQ, Miodowo-musztardowym	20
KONFITOWANA KACZKA Z KNEDLAMI I SOSEM JABŁKOWYM	22
KURCZAK CORDON BLEU	24
RISOTTO ALLA MILANESE Z KURCZAKIEM BBQ	26
ESKALOPKI Z INDYKA Z CHUTNEYEM BRZOSKWINIOWYM I CUKINIĄ	28
KURCZAK DUSZONY W WINIE Z WINOGRONAMI	30
ROLADKA Z KURCZAKA W SOSIE ZIOŁOWYM	32
WĘGIERSKI PAPRYKARZ Z KURCZAKA Z TAGLIATELLE	34
JAK DOPASOWAĆ TECHNIKI KULINARNE DO RÓŻNYCH RODZAJÓW DROBIU.	36
CZY WARTO WYKORZYSTAĆ PODROBY?	40
JAK WYBRAĆ DOBREJ JAKOŚCI DRÓB?	41

Dania z drobiu dzięki odpowiedniej technice oraz umiejętnemu łączeniu składników, mogą stać się najbardziej cennymi pozycjami w menu.

CO TO JEST SMAK?

Czy istnieją ogólne wzorce, które sprawią, iż danie będzie smakować niemalże każdemu? Naukowej odpowiedzi na to pytanie poszukiwał Heston Blumenthal, odkrywając, jak idealnym jest połączenie białej czekolady z kawiozem. Okazało się, że to nie przypadek - te smakowo pasujące składniki wykazały także podobieństwo na poziomie „atomów” (molekuł). Tak zaczęto w kulinariach wykorzystywać foodpairing, czyli metodę wskazującą kompozycje, które dostarczają przyjemnych doznań smakowych, na podstawie analizy molekularnej. Jeśli chcesz zaoszczędzić czas, tworząc kreatywne dania, wykorzystaj jej zasady. Przyjrzyj się zatem, jakie składniki najlepiej komponują się z kurczakiem, indykiem oraz kaczka. W ten sposób dowiesz się, jakie przyprawy, zioła, warzywa i owoce łączyć z konkretnym rodzajem mięsa.

CO PASUJE DO KURCZAKA?



Kurczak znakomicie wchłania wyraziste smaki, dzięki którym nie jest mdły. Jednocześnie z tym mięsem należy postępować ostrożnie, aby nie zagłuszyć przyprawami jego delikatności. Jeśli chcesz nadać mu nutę leśnych smaków, skorzystaj z charakterystycznego dla polskiej kuchni połączenia śmietany, grzybów i cebuli. Jej chropowaty i mocny smak idealnie komponuje się z gęstymi sosami, świetnie wzbogacającymi smak mięsa. Przyrządzając dania w klimacie śródziemnomorskim, postaw na siekany tymianek, którego słodko - gorzki smak doda ziołowej nuty, oraz sięgnij po skórkę i sok z cytryny, aby uwolnić z niej bogactwo aromatów. W azjatyckich wersjach potraw trudno zastąpić doskonałe połączenie chilli z trawą cytrynową, które można serwować z ryżem jaśminowym. Trawa cytrynowa o nucie miętowo-imbrowej i świeżym aromacie oraz pikantne, wyraziste chilli nadają mięsu pożądany smak i świeżość.

CO PASUJE DO INDYKA?



Delikatne mięso indyckie jest jak „kameleon” - poprzez umiejętne parowanie z innymi składnikami może przybrać szeroki wachlarz smaków. Wykorzystaj sól, pieprz i czosnek jako bazę, która nada mu delikatny smak i soczystość. Jeśli chcesz uzyskać smak dziczyzny, do udek dodaj liść laurowy oraz jałowiec. Natomiast wytrawny smak zapewnią mięsu papryki (ostra i słodka) połączone z mielonym kminkiem. Z kolei jeśli chcesz stworzyć bardziej wykwintne danie, dzięki któremu podkreślisz wyśmienity smak mięsa, połącz miód, sok z cytryny, posiekany imbir oraz mieszankę przypraw indyjskich (madras, curry, tikka masala). Przygotowując indyka, warto także pamiętać o szaławii, która w połączeniu z cebulą, nada mu wyrazisty, chropowaty smak. Ponadto mięso indyckie świetnie odnajduje się w towarzystwie ziół i owoców. Idealną kompozycję stanowią kremowy, słodki aromat suszonych moreli z pikantnym chilli albo pomarańcze z tymiankiem, które sprawią, iż mięso nabierze wyjątkowej świeżości i wyrazistego smaku.

FOODPAIRING, CZYLI JAK ZNALEŹĆ WZÓR NA IDEALNĄ POTRAWĘ Z DROBIU.

CO PASUJE DO KACZKI?



Kaczka to mięso o mocnym aromacie, dlatego można je komponować z silnymi smakami, słonymi oraz słodkimi, szczególnie owocami. Piersiaki z wspaniałą współgrają z sosem z pomarańczy, żurawin, borówek i wielu innych kwaśnych owoców. Jeśli bliskie są ci klimaty azjatyckie, wykorzystaj w sałatce połączenie kaczki z czerwonym grejpfrutem i pomelo, który łączy owocowy charakter z wyrazistą nutą ziołową i zbalansuje smak kaczki. Natomiast aby nadać mięsu cytrusowy posmak, dodaj owoc Yuzu, a smak pogłębi dodatek miodu.

WARZYWA.



Szukając odpowiednich warzyw, które komponują się z drobiem, postaw na te, które mają delikatny smak. Idealny wybór stanowią m.in. ziemniaki, szpinak, brokuły, kalafior, brukselka, szparagi czy fasolka. Komponując danie, zwróć uwagę na technikę gotowania. Jeśli serwujesz np. pieczonego kurczaka, warto podać go w towarzystwie chrupiącej sałatki. Żeby mięso było soczyste i nabrało ostrości, pamiętaj o czosnku. Jeśli chcesz uzyskać jego łagodniejszy aromat, wrzuć go na chwilę do gorącego oleju (jednak uważaj, aby się nie skarmelizował, bo będzie zbyt gorzki). Natomiast chcąc, aby pieczone mięso przeszło metamorfozę smaków, na wzór prowansalski dodaj do niego 40 nieobratych ząbków czosnku. Jeśli chciałbyś uzyskać z niego jak najwięcej smaku, pokrój go oraz wyciśnij. Idealnie komponuje się z tymiankiem, bazylią, cebulą czy z rozmarynem.

Foodpairing ma zastosowanie wszędzie, na wielu różnych poziomach. Przygotowując hot doga, połącz kurczaka, dynię, jabłko, pomidory oraz curry, by uzyskać fuzję delikatnej słodkości i subtelnej pikantności oraz osiągnąć głębię smaku, którą wydobędzie zawarty w pomidorach kwas glutaminowy. Foodpairing można wykorzystać, szukając substytutów składników, szczególnie tych sezonowych. Na przykład niektórzy szefowie używają zamiennie truskawek oraz pomidorów, gdyż jedno i drugie zawierają furanol, odpowiedzialny za charakterystyczny smak truskawek.

Składniki na 10 porcji

KROKIETY:	
Mięso drobiowe, ugotowane	0,750 kg
Maśło, roztopione	0,150 kg
Żółtka	2 szt.
Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional	do smaku
Jajka	3 szt.
Białka	2 szt.
Panko	0,150 kg
Tłuszcz	do smażenia
DRESSING:	
Sos sałatkowy ogrodowy Knorr	0,030 kg
Woda	0,230 l
Oliwa z oliwek Pomace	0,100 l
SAŁATKA:	
Bukiet sałat	0,800 kg
Pomodori Secchi (pomidory suszone) Knorr	0,250 kg
Marchew, blanszowana	0,300 kg
Szparagi, wstążki	0,100 kg
Groszek cukrowy	0,200 kg

Wykonanie

- KROKIETY:**
- Zmiksuj mięso z roztopionym maśłem i żółtkami do pożądanej konsystencji i dopraw do smaku Esencją bulionu drobiowego. Masę dobrze wystudź w lodówce, następnie uformuj krokiety.
 - Krokiety opanieruj w roztrzepanych jajkach z białkami i panko.
 - Usmaż na głębokim tłuszczu w temperaturze 170°C.
- DRESSING:**
- Sos sałatkowy potącz z wodą i oliwą, wymieszaj, odstaw i ponownie wymieszaj po 10 minutach.
- SAŁATKA:**
- Na talerzu ułóż sałatę, warzywa, krokiety i skrop dressingiem.

WARTO WIEDZIEĆ

Krokiety możesz przygotowywać z dowolnego mięsa lub ryb. Pamiętaj o tym, żeby zawsze dodawać maśło - nada ono wyjątkowej soczystości.



SOS SAŁATKOWY OGRODOWY KNORR 0,7 KG

Sos o orzeźwiającym, ziołowo-cytrynowym smaku. Świetny jako klasyczny vinaigrette lub baza do wielu autorskich sosów sałatkowych. Nie rozwarstwia się, przez co zachowuje świeży wygląd na dłużej.

Przystawka

Składniki na 10 porcji

FARSZ:

Konfitowane mięso uda kaczki	0,500 kg
Ricotta	0,500 kg
Masło, roztopione	0,200 kg
Szalotka, drobna kostka	0,080 kg
Pietruszka zielona, posiekana	0,006 kg
Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional	do smaku

RAVIOLI:

Mąka semolina	0,250 kg
Żółtka	0,190 kg
Oliwa z oliwek	0,010 l
Chrzan, tarty	0,025 kg

SOS MAŚLANY Z PARMEZANEM I CYTRYNĄ:

Masło klarowane	0,200 kg
Parmezan tarty	0,060 kg
Skórka i sok z cytryny	½ szt.
Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional	0,040 l

Wykonanie

FARSZ:

- Mięso postrzep na drobne włókna, wymieszaj z ricottą i roztopionym masłem.
- Na końcu do masy dodaj szalotkę, pietruszkę i dopraw do smaku.
- Farsz wystudź i wyporcuj równe kulki.

RAVIOLI:

- Z przygotowanych składników wyrób ciasto, na końcu dodając oliwę.
- Następnie ciasto odstaw do lodówki na minimum 3 godziny.
- Przed wałkowaniem ciasto powinno mieć temperaturę pokojową.
- Ciasto cienko rozwałkuj, nałóż wyporcjowany farsz i uformuj ravioli.
- Gotuj w osolonej wodzie, wyporcuj, polej sosem i posyp świeżo tartym chrzanem.

SOS MAŚLANY Z PARMEZANEM I CYTRYNĄ:

- Masło rozpuść, dodaj parmezan i delikatnie skarmelizuj. Na końcu dodaj skórkę z cytryny i Esencję.

RAVIOLI Z KONFITOWANĄ KACZKĄ

Z SOSEM MAŚLANYM, PARMEZANEM I CYTRYNĄ

WARTO WIEDZIEĆ

Farsz ten idealnie pasuje do klasycznych polskich pierogów, które można podać w ten sam sposób.



ESENCJA BULIONU DROBIEWEGO KNORR PROFESSIONAL 1 L

Niezastąpiona w przyprawianiu potraw, wydobywa pełnię smaku i aromatu mięsa drobiowego. Ma bardzo szerokie zastosowanie, zarówno w daniach ciepłych jak i zimnych: zupy, sosy, dania jednogarnkowe, makarony, farsze, dipy. W swoim bogatym składzie zawiera m.in. 52% skoncentrowanego bulionu drobiowego, tłuszcz kurzy, koncentraty soków z pora, marchwi i cebuli, pieprz czarny, kurkumę.



Z PIECZONYM KURCZAKIEM,
JABŁKAMI I KOPREM WŁOSKIM

Składniki na 10 porcji

SAŁATKA:

Kurczak gotowany lub pieczony	1,200 kg
Koper włoski (fenkuł)	0,260 kg
Jabłka	0,600 kg
Sok z cytryn	2 szt.
Czerwona cebula	0,160 kg
Świeża pietruszka	0,020 kg
Orzechy włoskie lub pekan	0,040 kg

DRESSING:

Majonez do dekoracji Hellmann's	0,150 kg
Rama Cremefine Fraiche 24%	0,200 l
Primerba ogrodowa Knorr Professional	0,020 kg
Syrop klonowy	0,010 l
Sól, pieprz czarny	do smaku

Wykonanie

SAŁATKA:

- Usunąć skórę i kości z kurczaka, mięso rozdrobnij.
- Koper i jabłka pokroj na krawalnicy na plasterki, przełóż do wody z sokiem z cytryny.
- Cebulę pokroj w cienkie piórka, pietruszkę podziel na listki.
- Wszystkie składniki połącz razem z orzechami.

DRESSING:

- Wszystkie składniki wymieszaj i dopraw do smaku.

PODANIE:

- Składniki sałatki wymieszaj z dressingiem i podawaj.

WARTO WIEDZIEĆ

Kurczak idealnie łączy się ze słodkimi smakami i anyżową nutą.



MAJONEZ HELLMANN'S DO DEKORACJI 3 L

Doskonały, zrównoważony smak, który wzbogaci Twoje potrawy. Zawiera 80% tłuszczu oraz 6% żółtka jaja kurczego, dzięki czemu ma wyjątkowo gęstą konsystencję – jest idealny do dekoracji. Utrzymuje stabilną formę różyczki oraz kolor na dłużej – nie żółknie. Dodatkowo jest on doskonały w wiązaniu składników sałatek i surówek.

Składniki na 10 porcji

GLAZUROWANY KURCZAK:

Filet z kurczaka, oczyszczony	1,500 kg
Delikat przyprawa do drobiu Knorr	0,020 kg
Miód	0,080 kg
Rama Combi Profi	0,050 l

NADZIE NIE DO TORTILLI:

Majonez do dekoracji Hellmann's	0,450 kg
Rama Cremefine Fraiche 24%	0,150 l
Primerba czerwone pesto Knorr Professional	0,035 kg
Peperoni Grigliati (papryka grillowana) Knorr	0,600 kg
Sól, pieprz	do smaku
Tortilla	10 szt.

SAŁATKA:

Pomidory koktajlowe	0,500 kg
Czerwona cebula	0,050 kg
Rukola	0,250 kg
Oliwa z oliwek	0,100 l
Sok z cytryny	0,040 l
Sól, pieprz	do smaku

Wykonanie

GLAZUROWANY KURCZAK:

- Filety z kurczaka pokrój w dużą kostkę, wymieszaj z Delikatem i miodem.
- Odstaw na 30 minut.
- Mięso spryskaj Ramą Combi i upiecz w temperaturze 210°C, tak aby kurczak był soczysty.

NADZIE NIE DO TORTILLI:

- Majonez połącz z Ramą 24%, Primerbą i pokrojoną w kostkę papryką. Dopraw do smaku.
- Tortille delikatnie zgrilluj na patelni.
- Na 5 tortillach rozłóż farsz i przykryj z góry pozostałymi tortillami.
- Tak przygotowane tortille pokrój.

SAŁATKA:

- Pomidorki przekrój na połówki, cebulę pokrój w piórka i delikatnie wymieszaj z rukolą.
- Przygotuj sos, łącząc oliwę z sokiem z cytryny i przyprawami.

PODANIE:

- Sałatkę nałóż na talerz, polej sosem, ułóż kurczaka i kawałki tortilli.

PRIMERBA CZERWONE PESTO KNORR
PROFESSIONAL 0,34 KG

Aromatyczna pasta do przyprawiania potraw, której podstawę stanowią świeża bazylia, suszone pomidory, czosnek i orzeszki pinii konserwowane w olejach roślinnych z solą. Zapewnia bogaty, skoncentrowany smak i aromat świeżych ziół i warzyw przez cały rok. Polecana do wszelkich dań gorących (zup, sosów, ryb i owoców morza, mięs, warzyw, makaronów) i zimnych (sałatek, dipów, sosów vinaigrette, składnik marynat i farszy).

WARTO
WIEDZIEĆ

Glazura powoduje, że kurczak uzyskuje połysk i soczystość na dłużej.

Z WĘDZONĄ SZYNKĄ, PIECZONYM CZOSNKIEM I WARZYSWAMI

Składniki na 10 porcji

ROSÓŁ:

Kurczak	0,350 kg
Woda	3,500 l
Szynka wędzona	0,280 kg
Grzyby suszone	5 szt.
Liść laurowy	6 szt.
Ziele angielskie	10 ziaren
Sól, pieprz	do smaku
Rosół z kury Knorr	0,030 kg
Por	0,100 kg
Pietruszka	0,200 kg
Marchewka	0,500 kg
Ziemniaki	5 szt.
Czosnek pieczony (w temperaturze 175°C przez 15 minut)	3 główki

Wykonanie

ROSÓŁ:

- Przygotuj esencjonalny bulion z kurczaka, szynki i grzybów. Przypraw i dodaj Rosół z kury Knorr.
- Pod koniec gotowania dodaj obrane i pokrojone warzywa i gotuj na wolnym ogniu do miękkości.
- Tak przygotowany bulion podawaj z ugotowanymi ziemniakami, pieczonym czosnkiem w łupinie oraz pozostałymi składnikami.

WARTO WIEDZIEĆ

Jeżeli chcesz, by Twój rosół miał wyjątkowy smak, dodaj wcześniej podpieczone warzywa w łupinach, co wzmocni ich aromat. Smak wzmocniają także suszone grzyby.



ROSÓŁ Z KURY KNORR 0,9 KG/12,5 KG

Doskonały smak i aromat drobiowy uzupełniony nutą cebuli, marchwi, natki pietruszki i nasion selera. Doskonale podkreśla smak tradycyjnego rosółu z kury, jak i doprawia zupy, sosy oraz dania jednogarnkowe.

Składniki na 10 porcji

KURCZAK:	
Filet z kurczaka, 10 szt.	1,400 kg
Marynata do drobiu Knorr Professional	0,040 kg
Tymianek	0,006 kg
Sok z cytryny	3 szt.
Oliwa z oliwek	0,050 l
Cytryna, sparzona	20 plastrów
Boczek wędzony surowy, plastry	0,250 kg
POLENTA:	
Woda	1,300 l
Rama Cremefine Profi 15%	0,400 l
Sól	do smaku
Kasza kukurydziana	0,450 kg
SAŁATKA:	
Szpinak baby	0,150 kg
Pomidorki koktajlowe	0,600 kg
DRESSING:	
Oliwa	0,150 l
Ocet balsamiczny	0,075 l
Sól morską	do smaku

Wykonanie

- KURCZAK:**
- Filety zamarynuj w Marynacie, tymianku, soku z cytryny i oliwie. Odstaw do lodówki na minimum 2 godziny.
 - Następnie na filety nałóż plasterki cytryny i owiń boczkiem.
 - Wstaw do pieca o temperaturze 180°C do idealnego wypieczenia.
- POLENTA:**
- Wodę zagotuj z Ramą 15%, dodaj sól i stopniowo wysypuj kaszkę kukurydzianą. Mieszając, uważaj, aby się nie przypaliła.
 - Gotuj przez 3 minuty.
 - Zdejmij z ognia, przełóż do naczynia wyłożonego folią spożywczą i odstaw do wystygnięcia.
 - Wystudzoną polentę wytnij i grilluj.
- SAŁATKA:**
- Oczyszczony szpinak i pomidorki połącz z dressingiem.

WARTO WIEDZIEĆ

Cytryna w kuchni śródziemnomorskiej dodawana jest do marynowania mięsa - dzięki niej mięso zachowuje soczystość i kruchość. Jeżeli chcesz, możesz użyć każdego rodzaju cytrusów.

MARYNATA DO DROBIU KNORR PROFESSIONAL 0,7 KG

Do marynowania lub przyprawienia bezpośrednio przed obróbką termiczną mięs drobiowych: kurczaka, perliczki, przepiórki czy kaczki. Zapewnia zawsze tę samą wysoką jakość zamarynowania, nadając potrawom doskonały, wyważony smak i aromat. Może być składnikiem autorskiej marynaty. W składzie m.in. najwyższej jakości, wyselekcjonowane, duże kawałki ziół i przypraw: czerwona papryka, rozmaryn, kolendra, kurkuma, sól morską.



W CIEŚCIE FRANCUSKIM Z PIKANTNYM SOSEM
POMIDOROWO-PAPRYKOWYM I GLAZUROWANYMI
ZIELONYMI WARZYSWAMI

Składniki na 10 porcji

KURCZAK:		PODANIE:
Cukinia, 30 plasterów krojonych po skosie	1 szt.	Miks ziół
Filet z kurczaka	1,300 kg	
Marynata do drobiu Knorr Professional	0,020 kg	
Rama Culinesse Profi	0,030 l	
Szynka dojrzewająca	10 plasterów	
Ciasto francuskie a'0,350 kg	3 opakowania	
Jajko	1 szt.	
SOS:		
Oliwa z oliwek	0,030 l	
Cebula, mała kostka	0,080 kg	
Czosnek, posiekany	2 ząbki	
Czerwona papryka, kostka	0,070 kg	
Żółta papryka, kostka	0,070 kg	
Wino białe wytrawne	0,070 l	
Woda	0,400 l	
Sos do spaghetti Napoli Knorr	0,060 kg	
Tomato Pronto Knorr	0,400 kg	
Kapary	0,020 kg	
Chili świeże, drobna kostka	1 szt.	
WARZYWA:		
Fasolka szparagowa, zielona, cała	0,500 kg	
Groszek cukrowy	0,200 kg	
Jarmuż	0,150 kg	
Cebula szalotka, przekrojona na pół	0,200 kg	
Aroma Mix bekonowo-cebulowy Knorr	0,030 kg	

Wykonanie

- KURCZAK:**
- Plasty cukinii lekko zgrilluj, przetóż na papierowe ręczniki.
 - Filety oczyść, przypraw Marynatą do drobiu. Obsmaż z dwóch stron na Ramie Culinesse.
 - Na mięsie ułóż plasty cukinii i owiń szynką.
 - Ciasto pokrój na prostokąty.
 - Mięso zawiń w ciasto i posmaruj rozmaconym jajkiem.
 - Piecz w temperaturze 200°C z sondą ustawioną na temperaturę 67°C.
- SOS:**
- Na oliwie zeszklij cebulę z czosnkiem i paprykami. Wlej wino i zredukuj.
 - Dodaj wodę, Sos Napoli, wymieszaj i doprowadź do wrzenia.
 - Do gotującego się sosu dodaj pozostałe składniki i dopraw do smaku.
- WARZYWA:**
- Wszystkie warzywa posyp Aroma Mixem i ugotuj na parze w piecu.
- PODANIE:**
- Danie ułóż na talerzu i udekoruj świeżymi ziołami.



SOS DO SPAGHETTI NAPOLI KNORR 0,9 KG

Doskonały sos pomidorowy z nutą bazylii i oregano. Wspaniale nadaje się do makaronów, pizzy, ryżu, ryb, mięs, warzyw oraz zapiekane.

WARTO WIEDZIEĆ

Obsmażenie filetów przed zawinięciem spowoduje, że mięso będzie soczyste, a ciasto nie zamoknie.

Danie Główne

KURCZAK

W CHRUPIĄCEJ PANIERCE Z SOSAMI:
TATARSKIM, BBQ, MIODOWO-MUSZTARDOWYM

Składniki na 10 porcji

PODUDZIA I SKRZYDEŁKA Z KURCZAKA:

Podudzia bez kości	1,000 kg
Skrzydła bez lotki	10 szt.
Delikat przyprawa do drobiu Knorr	0,020 kg

PANIERKA SUCHA:

Mąka kukurydziana	0,150 kg
Mąka pszenna	0,150 kg
Papryka słodka wędzona	0,003 kg

PANIERKA MOKRA:

Woda gazowana	0,300 l
Mąka pszenna	0,150 kg
Skrabia ziemniaczana	0,080 kg
Proszek do pieczenia	0,010 kg
Jajka	2 szt.
Imbir, suchy mielony	0,002 kg
Ziarna kolendry, mielone	0,002 kg
Chili mielone, sól, pieprz	do smaku

SOS BBQ:

Sos Barbecue Hellmann's	0,300 kg
-------------------------	----------

SOS TATARSKI:

Majonez do dekoracji Hellmann's	0,200 l
Rama Cremefine Profi 31%	0,050 l
Ogórek konserwowy, drobna kostka	0,040 kg
Pieczarka konserwowa, drobna kostka	0,040 kg
Szczypiorek, posiekany	0,010 kg
Sól, pieprz czarny	do smaku

SOS MIODOWO-MUSZTARDOWY:

Miód płynny	0,080 kg
Czosnek	1 ząbek
Woda	0,100 l
Sok z cytryny	0,020 l
Olej	0,080 l
Musztarda francuska gruba	0,050 kg
Musztarda stołowa	0,020 kg
Sól, pieprz czarny	do smaku

PODANIE:

Frytki	1,200 kg
--------	----------

Wykonanie

PODUDZIA I SKRZYDEŁKA:

- Uda pokrój na 10 kawałków, a skrzydła przekrój na dwie części.
- Kurczaka przypraw Delikatem.

PANIERKA SUCHA:

- Mąki wymieszaj z papryką.

PANIERKA MOKRA:

- Wszystkie składniki panierki mokrej dokładnie wymieszaj.

OBROBKA TERMICZNA:

- Wszystkie kawałki kurczaka obtocz w panierce suchej, następnie zanurz w panierce mokrej i ponownie obtocz w panierce suchej.
- Smaż w głębokim tłuszczu w temperaturze 150°C do momentu, aż mięso się usmaży i będzie odchodzić od kości.

SOS TATARSKI:

- Składniki sosu wymieszaj i dopraw do smaku.

SOS MIODOWO-MUSZTARDOWY:

- Miód, czosnek, wodę i sok z cytryny zmiksuj, dodaj pozostałe składniki, intensywnie wymieszaj różgą i dopraw do smaku.

PODANIE:

- Kurczaka w chrupiącej panierce podawaj z trzema sosami i frytkami.

WARTO WIEDZIEĆ

Aby panierka była chrupiąca i lekka, pamiętaj, aby nie ugniatać jej za mocno.



DELIKAT PRZYPRAWA DO DROBIU KNORR 0,6 KG

Starannie dobrana kompozycja ziół i przypraw, która doskonale podkreśla smak mięsa drobiowego. Świetnie nadaje się do bezpośredniego przyprawiania mięs i warzyw przed smażeniem i grillowaniem, jak również do marynowania. Optymalna wielkość składników sprawia, że przyprawa nie przypala się podczas obróbki termicznej.

Składniki na 10 porcji

KACZKA:		PODANIE:	
Uda z kaczki, 10 szt.	2,500 kg	Kapusta modra	1 kg
Delikat przyprawa do drobiu Knorr	0,030 kg		
Tłuszcz do konfitowania (tyle, by przykryć kaczkę)			
KNEDLE:			
Jaja	6 szt.		
Bułka pszenna, 20 szt.	1,200 kg		
Mleko	0,500 l		
Natka pietruszki	1 pęczek		
Delikat przyprawa warzywna Szefa Kuchni Knorr	do smaku		
SOS JABŁKOWY:			
Sos pieczeniowy Knorr	0,050 kg		
Sok jabłkowy	0,300 l		
Woda	0,200 l		
Cukier trzcinowy	0,015 kg		
Cebulki perłowe w zalewie	0,100 kg		
Jabłka suszone	0,025 kg		
Ocet jabłkowy	do smaku		

Wykonanie

- KACZKA:**
- Uda z kaczki przypraw Delikatem do drobiu i odstaw na 12 godzin.
 - Kaczki konfituj w temperaturze 90°C przez 5 godzin.
- KNEDLE:**
- Oddziel żółtka od białek. Białka ubij na pianę.
 - Pszenne pieczywo pokrój w dużą kostkę.
 - Mleko połącz z żółtkami i pokrojoną natką pietruszki, przypraw Delikatem warzywnym i wymieszaj z pokrojonym pieczywem.
 - Dla nadania puszystości dodaj ubite białka i delikatnie wymieszaj.
 - Masę przełóż na folię spożywczą, uformuj waleczki grubości około 5-6 cm. Szczelnie zawiń w folię i gotuj w piecu konwekcyjnym w temperaturze 90°C przez około 20 minut. Gotując, zwróć uwagę, aby blacha G/N była perforowana.
 - Wskazówka:** Jeżeli masa będzie zbyt sucha, dodaj więcej mleka.
- SOS JABŁKOWY:**
- Sos pieczeniowy połącz z sokiem jabłkowym i wodą, zagotuj.
 - Cukier delikatnie skarmelizuj, dodaj obgotowane cebulki perłowe, ugotowany sos i pokrojone jabłka. Gotuj przez chwilę na małym ogniu. Sos zakwasz octem jabłkowym.
- PODANIE:**
- Przed podaniem udka obsmaż na patelni. Podawaj z pokrojonymi w plastry knedlami i sosem jabłkowym.
 - Jako dodatek warzywny idealnie będzie się komponować modra kapusta.

WARTO WIEDZIEĆ

Knedle to ciekawa alternatywa dla klasycznych klusek, które podajemy do kaczki. By dodatkowo podnieść ich walory smakowe, można je przed podaniem obsmażyć na maśle.



DELIKAT PRZYPRAWA DO DROBIU KNORR 0,6 KG

Starannie dobrana kompozycja ziół i przypraw, która doskonale podkreśla smak mięsa drobiowego. Świetnie nadaje się do bezpośredniego przyprawiania mięs i warzyw przed smażeniem i grillowaniem, jak również do marynowania. Optymalna wielkość składników sprawia, że przyprawa nie przypala się podczas obróbki termicznej.

Składniki na 10 porcji

KURCZAK:	
Filet z kurczaka	1,500 kg (10 szt.)
Primerba ogrodowa Knorr Professional	0,040 kg
Ser żółty	0,200 kg
Szynka gotowana	0,300 kg
PANIERKA:	
Jaja	4 szt.
Woda	0,100 l
Mąka pszenna	0,06 0 kg
Sól	do smaku
Bułka tarta	0,400 kg
Rama Combi Profi	0,080 l
BOCZKOWA FASOLKA:	
Fasolka szparagowa zielona	1,000 kg
Aroma Mix bekonowo-cebulowy Knorr	0,035 kg
PODANIE:	
Frytki domowe	1,200 kg
Trybula	do dekoracji

Wykonanie

- KURCZAK:**
- Filety oczyścić, natnij i rozłóż jak książkę, delikatnie rozbij.
 - Posmaruj Primerbą, połów plaster sera i szynki. Mięso złoż tak, by zakryć nadzienie.
- PANIERKA:**
- Połącz jaja z wodą, mąką i solą. Całość dokładnie wymieszaj.
 - Kurczaka obtocz w bułce, następnie w panierce i ponownie w bułce.
 - Płaską blachę G/N spryskaj Ramą Combi, poukładaj opanierowane kawałki, ponownie spryskaj Ramą Combi i piecz przez 10 minut w temperaturze 190°C.
- BOCZKOWA FASOLKA:**
- Ugotowaną fasolkę wymieszaj z Aroma Mixem, wstaw do pieca konwekcyjnego na parowanie na 2-3 minuty, wymieszaj.
- PODANIE:**
- Kurczaka Cordon Bleu podawaj z przygotowaną fasolką szparagową i domowymi frytkami. Udekoruj listkami trybuli.

WARTO WIEDZIEĆ

Kurczak Cordon Bleu to dobrze znany w Polsce kotlet szwajcarski, oryginalnie przyrządzany z cielęciny.



PRIMERBA OGRODOWA KNORR PROFESSIONAL 0,34 KG

Aromatyczna pasta do przyprawiania potraw, której podstawę stanowią świeże zioła i warzywa konserwowane w olejach roślinnych z solą. Zapewnia bogaty, skoncentrowany smak i aromat świeżych ziół i warzyw przez cały rok. Polecana do wszelkich dań gorących (zup, sosów, ryb i owoców morza, mięs, warzyw, makaronów) i zimnych (sałatek, dipów, sosów vinaigrette, składnik marynat i farszy).

Składniki na 10 porcji

Filet z kurczaka	1,200 kg
SOLANKA:	
Woda	2,000 l
Sól	0,080 kg
Cukier	0,020 kg
GLAZURA DO KURCZAKA:	
Rama Combi Profi	0,050 l
Sos Barbecue Hellmann's	0,100 kg
RISOTTO:	
Woda	2,000 l
Pasta szafranowa Knorr	0,040 kg
Oliwa z oliwy	0,040 l
Masło	0,020 kg
Cebula, drobna kostka	0,100 kg
Czosnek, drobna kostka	2 ząbki
Ryż arborio	0,600 kg
Białe wino wytrawne	0,100 l
Cheddar, starty	0,150 kg
Masło	0,100 kg
Sól, pieprz biały	do smaku
PODANIE:	
Jarmuż, usmażony na fryturze	0,100 kg

Wykonanie

- SOLANKA:**
- Składniki solanki wymieszaj, włóż filety i odstaw na około 6 godzin. Wyjmij filety z solanki, wypucz i osusz.
- GLAZURA DO KURCZAKA:**
- Blachę G/N spryskaj Ramą Combi, ułóż filety i z góry spryskaj Ramą Combi.
 - Piecz w temperaturze 190°C przez 7 minut, posmaruj sosem BBQ i piecz przez kolejne 5 minut.
- RISOTTO:**
- W gorącej wodzie wymieszaj pastę szafranową.
 - Na oliwie z masłem zeszklij cebulę z czosnkiem, dodaj ryż i zasmażaj przez chwilę.
 - Następnie wlej wino, wymieszaj i dodaj część wywaru szafranowego.
 - Gotuj na małym ogniu, dodając partiami pozostały wywar.
 - Risotto powinno mieć konsystencję przypominającą ławę.
 - Na koniec dodaj starty cheddar i masło. Mieszaj do rozpuszczenia, na końcu dopraw solą i pieprzem.
- PODANIE:**
- Na głębokim talerzu ułóż risotto z pokrojonym kurczakiem i jarmużem.

WARTO WIEDZIEĆ

Aby móc sprawnie wydawać risotto w czasie lunchu, ugotuj wcześniej bazę, a przed samym podaniem podlewaj wywarem i dogotuj.



SOS BARBECUE HELLMANN'S 4,8 KG

Sos BBQ Hellmann's o wyrazistym dymnym smaku idealnie nadaje się do marynowania mięs oraz jako gotowy dip. Idealny do burgerów i kanapek premium.

Danie Główne

ESKALOPKI Z INDYKA

Z CHUTNEYEM BRZOSKWINIOWYM I CUKINIĄ

Składniki na 10 porcji

MIĘSO:

Filet z indyka	1,500 kg
Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional	0,030 l
Rama Culinesse Profi	0,120 l
Cheddar	0,300 kg
Prosciutto	0,200 kg

CHUTNEY BRZOSKWINIOWY:

Cebula, kostka	0,060 kg
Rama Culinesse Profi	0,100 l
Seler naciowy, kostka	0,300 kg
Imbir	0,050 kg
Papryka Chili, drobna kostka	0,010 kg
Woda	0,050 l
Ocet winny biały	0,150 kg
Brzoskwinie, kostka	0,500 kg
Primerba tymiankowa Knorr Professional	0,020 kg
Cynamon, mielony	0,003 kg
Cukier trzcinowy	0,100 kg
Sól, pieprz czarny	do smaku

CUKINIA:

Cukinia	1,500 kg
Aroma Mix bekonowo-cebulowy Knorr	0,030 kg

Wykonanie

MIĘSO:

- Filet z indyka umyj, oczyść, pokrój na porcje, zamarynuj w Esencji bulionu drobiowego i wstaw do lodówki.
- Mięso obsmaż na Ramie Culinesse, na każdy kawałek nałóż starty cheddar oraz szynkę prosciutto i zapiecz w piecu konwekcyjnym w temperaturze 160°C.

CHUTNEY BRZOSKWINIOWY:

- Cebulę zeszklij na Ramie Culinesse, dodaj seler, imbir i chili. Całość razem zasmażaj przez chwilę.
- Podlej wodą i podduś, wlej ocet, dodaj brzoskwinie, Primerbę tymiankową, cynamon i cukier.
- Zredukuj do uzyskania pożądanej konsystencji. Dopraw do smaku.

CUKINIA:

- Cukinie pokrój na plastry, posyp Aroma Mixem i paruj w piecu.

PODANIE:

- Eskalopki ułóż na talerzu razem z chutneyem brzoskwinowym i cukinią pokrojoną w plastry.

WARTO WIEDZIEĆ

Chutney możesz przyrządzić z większości owoców. Ważne, aby w składzie zawierał on cukier dla podkreślenia smaku i ocet dla utrzymania koloru.



ESENCJA BULIONU DROBIOWEGO KNORR PROFESSIONAL 1 L

Niezastąpiona w przyprawianiu potraw, wydobywa pełnię smaku i aromatu mięsa drobiowego. Ma bardzo szerokie zastosowanie, zarówno w daniach ciepłych jak i zimnych: zupy, sosy, dania jednogarnkowe, makarony, farsze, dipy. W swoim bogatym składzie zawiera m.in. 52% skoncentrowanego bulionu drobiowego, tłuszcz kurzy, koncentraty soków z pora, marchwi i cebuli, pieprz czarny, kurkumę.

Składniki na 10 porcji

KURCZAK W WINIE:

Udka z kurczaka (10 szt.)	3,000 kg
Wino czerwone	1,400 l
Liść laurowy	5 szt.
Ziele angielskie	10 szt.
Rozmaryn	2 gałązki
Czosnek	5 ząbków
Mąka	do oprószenia
Olej	do smażenia
Marchew	0,300 kg
Pietruszka	0,200 kg
Cebula	0,250 kg
Sos pieczeniowy Knorr	0,080 kg
Woda	1,000 l
Winogrona	0,400 kg
Sól, pieprz	do smaku

GRATIN Z BATATÓW I ZIEMNIAKÓW:

Rama Cremefine Profi 31%	0,150 l
Rama Cremefine Fraiche 24%	0,150 l
Gałka muszkatołowa	do smaku
Sól, pieprz	do smaku
Ziemniaki, obrane	0,500 kg
Bataty, obrane	0,700 kg
Cebula	0,300 kg
Rama Culinesse Profi	do smażenia
Bułka tarta	0,050 kg

PODANIE:

Świeży majeranek	do dekoracji
------------------	--------------

Wykonanie

KURCZAK W WINIE:

- Udka z kurczaka przekrój razem z kością na trzy części.
- Zalej winem, dodaj pokruszone liście laurowe, rozgniecione ziele angielskie, gałązki rozmarynu i pokrojone ząbki czosnku.
- Kurczaki marynuj minimum 12 godzin, odsącz na papierowych ręcznikach, oprószyć mąką i obsmaż na złoty kolor. Na tym samym tłuszczu podsmaż warzywa i cebulę pokrojone w kostkę.
- W międzyczasie Sos pieczeniowy połącz z wodą i zagotuj. Wino po marynowaniu zredukuj.
- Obsmażone składniki zalej zredukowanym winem i sosem pieczeniowym, duś około 15 minut pod przykryciem, po tym czasie dodaj kulki winogron i duś kolejne 15 minut.
- Dopraw do smaku solą i pieprzem.

GRATIN Z BATATÓW I ZIEMNIAKÓW:

- Ramę Cremefine 31% wymieszaj z Ramą 24% i gałką muszkatołową, dopraw solą i pieprzem.
- Ziemniaki i bataty pokrój w cienkie plasterki, nie płucz.
- Cebulę pokrój w piórka i zasmaż.
- Ziemniaki i cebulę wymieszaj z pozostałymi składnikami.
- Blachę GN ½ o wysokości 6 cm wysmaruj Ramą Culinesse, obsyp bułką tartą lub wyłoż pergaminem, włóż masę ziemniaczaną.
- Piecz w temperaturze 150°C przez około 45 minut.

PODANIE:

- Podawaj trzy elementy kurczaka razem z sosem i warzywami oraz gratin z batatów i ziemniaków, udekorowane listkami świeżego majeranku.

WARTO WIEDZIEĆ

Przygotowując gratin, pamiętaj, by nie płukać ziemniaków. Wypłukanie ich sprawi, że pozbędziesz się całej skrobi, która dodatkowo łączy je w tej zapiekance.



RAMA CREMEFINE PROFI WIELOFUNKCYJNA 31% 1 L

Unikalne połączenie maślanki i tłuszczów roślinnych. Stabilna podczas gotowania, redukcji, zapiekania, nawet ze składnikami kwaśnymi i z alkoholem. Optymalna do zagęszczania i zabelania. Doskonała zarówno do dań słonych, jak i słodkich.

Składniki na 10 porcji

ROLADKA Z KURCZAKA:		MAKARON SOBE Z PIECZONYMI WARZYSWAMI:	
Udka z kurczaka (10 szt.)	3,000 kg	Makaron sobe	0,500 kg
FARSZ DO KURCZAKA:		Kalafor	0,300 kg
Odcięte mięso z udek	0,300 kg	Marchew	0,300 kg
Rama Cremefine Profi 31%	0,150 l	Cukinia	0,200 kg
Esencja bulionu drobiowego		Pietruszka	0,200 kg
Knorr Professional	0,025 l	Sól morską	do smaku
Marchew	0,100 kg	Boczniaki	0,200 kg
Szczypiorek	0,020 kg	Oliwa z oliwek	0,060 l
SOS ZIOŁOWY:		PODANIE:	
Masło	0,040 kg	Rama Culinesse Profi	0,080 kg
Mąka	0,035 kg		
Rosół z kury	0,500 l		
Rama Cremefine Profi 15%	0,080 l		
Primerba bazyliowa			
Knorr Professional	0,020 kg		
Szczypiorek	0,020 kg		
Cytryna	do smaku		
Sól, cukier	do smaku		

Wykonanie

ROLADKA Z KURCZAKA:

- Z udek wytnij jedną kość i zetnij nadmiar mięsa (30 g z każdego udka). Wytrybowane udko rozbij tak, by umieścić w nim farsz.

FARSZ DO KURCZAKA:

- Odcięty drób zmiel, połącz z Ramą 31%, Esencją bulionu drobiowego i zmiiksuj.
- Dodaj drobno pokrojoną marchew i szczypiorek, wymieszaj.
- Udka nafaszeruj, zwiń w rulon, owiń folią spożywczą, a następnie folią aluminiową.
- Gotuj przez około 25 minut.

SOS ZIOŁOWY:

- Z masła i mąki przygotuj zasmażkę, rozprowadź ją rosółem z kury, zabil Rāmą 15%.
- Dodaj Primerbę bazyliową i szczypiorek, zmiiksuj, dopraw do smaku i ponownie zmiiksuj.

MAKARON SOBE Z PIECZONYMI WARZYSWAMI:

- Makaron sobe ugotuj w osolonej wodzie.
- Warzywa oczyść i pokrój w dużą kostkę, zblanszuj, przypraw solą morską i upiecz w piecu konwekcyjnym.
- Warzywa połącz z makaronem i podsmażonymi boczniakami, całość dodatkowo skrop oliwą z oliwy.

PODANIE:

- Kurczaka odwiń z folii, obsmaż na Ramie Culinesse, tak by uzyskać złoty kolor drobiu.
- Na talerzu ułóż kompozycję z kurczaka, makaronu sobe z pieczonymi warzywami oraz sosu ziołowego.

WARTO WIEDZIEĆ

W przepisie udka nadziewaliśmy marchwią i szczypiorkiem, natomiast z powodzeniem możesz użyć innych składników, np. cukinii, grzybów, orzechów, twardego sera czy żurawiny.

PRIMERBA BAZYLIOWA KNORR PROFESSIONAL 0,34 KG

Aromatyczna pasta ziołowa do przyprawiania potraw, której podstawę stanowi świeża bazylia konserwowana w olejach roślinnych z solą. Zapewnia bogaty, skoncentrowany smak i aromat świeżej bazylii przez cały rok. Polecana do wszelkich dań gorących (zup, sosów, ryb i owoców morza, mięs, warzyw, makaronów) i zimnych (sałatek, dipów, sosów vinaigrette, składnik marynat i farszy).

Składniki na 10 porcji

KURCZAK:	
Udka z kurczaka (10 szt.)	2,000 kg
Woda	2,000 l
Marchew, seler, pietruszka	0,300 kg
Sól	do smaku
Pieprz w ziarnach, liść laurowy, ziele angielskie	0,003 kg
Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional	0,030 l

SOS:	
Cebula	0,300 kg
Rama Culinesse Prof	0,100 l
Papryka słodka	0,040 kg
Bulion od gotowania udek	0,400 l
Zasmażka jasna Knorr	0,040 kg
Rama Cremefine Profi 15%	0,300 l
Rama Cremefine Fraiche 24%	0,200 l
Sok z cytryny	do smaku
Peperonata Knorr	0,200 kg
Pieprz, sól	do smaku

TAGLIATELLE SZAFRANOWE:	
Pasta szafranowa Knorr	0,020 kg
Woda	4,000 l
Sól	do smaku
Tagliatelle Knorr	0,600 kg

Wykonanie

- KURCZAK:**
- Udka z kurczaka oczyść, przetóż do szerokiego garnka, zalej zimną wodą (tak, aby mięso było przykryte). Dodaj oczyszczone i pokrojone warzywa korzeniowe, sól, przyprawy oraz Esencję drobiową.
 - Gotuj na małym ogniu, aż mięso będzie miękkie i będzie można łatwo oddzielić je od kości.
 - Pozostaw udka do ostygnięcia w bulionie.
 - Wyjmij udka z bulionu i usuń skórę.

- SOS:**
- Cebulę pokrój w kostkę i zasmażaj przez 5 minut na Ramie Culinesse. Dodaj słodką paprykę, wlej bulion, zagęść zasmażką i gotuj przez chwilę.
 - Wlej Ramę 15% i 24%, sok z cytryny i ponownie zagotuj. Dodaj Peperonatę i zmiksuj na gładki sos. Dopraw do smaku.
 - Do sosu włóż udka z kurczaka.

- TAGLIATELLE SZAFRANOWE:**
- Rozpuść pastę szafranową w gorącej wodzie, dopraw solą i zagotuj. Umieść tagliatelle we wrzącej wodzie i ugotuj al dente. Makaron wystudź.

WARTO WIEDZIEĆ

To danie nawiązuje do klasycznego węgierskiego kurczaka i nie ma nic wspólnego z konserwą rybną.



RAMA CREMEFINE PROFI DO ZUP I SOSÓW 15% 1 L

Unikalne połączenie maślanki i tłuszczów roślinnych, które zawsze gwarantuje doskonałe rezultaty. To produkt spełniający wszystkie wymagania kucharzy: nigdy się nie warzy i doskonale łączy się z innymi składnikami (w tym składnikami kwaśnymi).

Jak dopasować techniki kulinarne do różnych rodzajów drobiu.

GOTOWANIE  to umiejętność przyrządzania potraw, która łączy źródło pożywienia, technikę obróbki, tradycję oraz kompozycję w niepodzielną całość. Aby stworzyć potrawę, wykorzystując mięso drobiowe, warto wiedzieć, jak techniki gotowania wpływają na różne gatunki drobiu, wydobywając z nich to, co najlepsze. Dowiedz się, jak dobrać odpowiednią technikę kulinarną do danego rodzaju mięsa. Poznaj najważniejsze parametry procesów przyrządzania potraw gotowanych, duszonych, smażonych i pieczonych, ze szczególnym uwzględnieniem kluczowego dla drobiu marynowania.

Wszystkie rodzaje drobiu, zarówno mięso, jak i podroby, można poddawać gotowaniu oraz duszeniu. W przypadku gotowania należy przede wszystkim pamiętać, iż sposób gotowania zależy od tego, jaką potrawę chcemy podać. Jeśli chcesz uzyskać smaczne, soczyste mięso, włóż je do wrzątku. Jeśli chcesz, żeby mięso oddało smak, gdyż przygotowujesz esencjonalny wywar, włóż mięso do zimnej wody. Z kolei duszenie polega na gotowaniu w niewielkiej ilości wody z dodatkiem tłuszczu, który jest nośnikiem smaku. Ze względu na wyższą temperaturę niż podczas gotowania, dusić można trudne sztuki mięsa. Duszenie sprawdza się idealnie w przypadku tych części mięsa, które mają mocny, dojrzały smak, gdyż jest balansowany z aromatami pochodzącymi z sosu. Im mniejsze są kawałki, tym szybciej mięso ulega obróbce termicznej. Największą zaletą duszenia jest wcześniejsze przygotowanie potrawy, która z czasem smakuje coraz lepiej, dzięki czemu zaoszczędzisz czas podczas serwisu.

W przypadku **SMAŻENIA**,  najlepiej jeśli wykorzystuje się zamarynowane kawałki mięsa (pierś, nóżka, skrzydełko, podroby). Technika ta pozwala na uzyskanie soczystego, aromatycznego mięsa w chrupiącej skórce. Aby mięso nie było zbyt suche, zachowaj krótki czas smażenia (do ścięcia białka) oraz odpowiednią grubość mięsa, aby płaty nie były zbyt cienkie. Umyte, osuszone i nasmarowane przyprawami mięso można bezpośrednio usmażyć na dowolnym oleju albo panierować w jajku i w bułce tartej bądź mące. Temperatura w środku powinna dochodzić wtedy do około 77°C i absolutnie nie może przekroczyć 80°C.

Do **PIECZENIA**  idealnie nadają się młode okazy. Drób piecze się stosunkowo długo, dlatego chcąc przyspieszyć proces, należy go nasmarować tłuszczem i przykryć w naczyniu żaroodpornym. Jeśli zależy ci na soczystym mięsie, wykorzystaj folię do pieczenia. Gdy drób został nafaszerowany, czas pieczenia wydłuży się o 1/3. Mięso upieczone jest wtedy, kiedy po nakłuciu wypłynie przezroczysty sok. Tłuste ptaki, takie jak kaczka, nie potrzebują dodatkowego tłuszczu. Wystarczy polewać je wodą, aby po wyparowaniu całość upiekła się we własnym tłuszczu.

Podstawową zaletą **GRILLOWANIA**  jest to, że mięso jest przygotowane bez udziału oleju, a podczas obróbki wytapia się z niego nawet do 20 proc. więcej tłuszczu. Do grillowania nadają się mięsa chude, wśród drobiu króluje kurczak. Mięso nie może być grillowane zbyt długo, bo stanie się ono wysuszone. Temperatura w najgrubszym jego miejscu (bez dotykania kości) powinna wynosić 75°C-80°C.

SOUS-VIDE
(CZYT. SU VID). TECHNIKA TA
POLEGA NA „GOTOWANIU”
W SZCZELNIE ZAMKNIĘTEJ
FOLII W KĄPIELI WODNEJ
O BARDZO PRECYZYJNIE
USTALONEJ TEMPERATURZE.

Dzięki temu mięso jest równomiernie ugotowane, zachowuje witaminy oraz mikroelementy, a dodatkowo traci mniej masy niż przy innych obróbkach cieplnych. Drób gotuje się w temperaturze 65-71°C od 30 minut do około 8 godzin.

Technikę, którą można wykorzystać w połączeniu z pozostałymi, a która wzbogaca smak drobiu, nadając potrawom kruchości, soczystości i miękkości, jest marynowanie. Co więcej, zabezpiecza ono mięso i posiada właściwości bakteriobójcze.

Marynaty na mokro sporządza się na bazie kwasów spożywczych, wina, oleju, masła i zsiadłego mleka. Kwaśne składniki zmiękczają mięso (cytryna, ocet, maślanka), olej łączy składniki marynaty, a odrobina cukru bądź miodu sprawiają, iż mięso podczas obróbki ma ładny, brązowy kolor. Ponadto dodatek warzyw i ziół nadaje mu smak i aromat. Jeśli chcesz zawsze zapewnić tę samą jakość marynowania, wypróbuj Marynatę do drobiu Knorr Professional, która posiada specjalnie opracowaną kompozycję ziół i warzyw.

Pamiętaj, że nie powinno się marynować mięsa głęboko mrożonego, gdyż niepotrzebnie rozcieńczy ono marynatę. Zalewając marynatą mięso, zwróć uwagę, aby całkowicie je przykryć. Zalewę przechowuj w niskiej temperaturze, najlepiej w lodówce, od czasu do czasu mieszając zawartość. Jeśli mięso posiada skórę, warto ją przekłuć, by marynata mogła dostać się do jego wnętrza. Całość przykryj folią spożywczą, aby mięso nie przeszło niepożądanymi zapachami. Mięso młodych zwierząt nie wymaga marynowania.

Jak dopasować techniki kulinarne do różnych rodzajów drobiu.

KAŻDY RODZAJ
MIĘSA MOŻNA
PODDAĆ WIELU
TECHNIKOM
OBRÓBK

GOTUJĄC bądź **SMAŻĄC** mięso drobiowe, jako marynatę warto wykorzystać solankę. Przed obróbką włóż mięso do wody z solą, dodając odrobinę cukru oraz zióła i przyprawy, które nadadzą mu smak. W przypadku obróbki poszczególnych części, możesz marynatą posmarować porcję mięsa. Przygotowując fileta z kurczaka, świetny smak uzyskasz, łącząc oliwę z sokiem cytryny, której smak możesz wzbogacić Primerbą bazyliową Knorr Professional. Przygotowaną w ten sposób marynatą posmaruj filety, a następnie wstaw mięso na pół godziny do lodówki. Nic także nie stoi na przeszkodzie, aby marynatę połączyć z sosem. Taka fuzja świetnie sprawdza się w amerykańskim przysmaku, jakim są skrzydełka w sosie barbecue. Skrzydełka zanurz na noc w marynacie z miodu, octu, sosu sojowego, czosnku, pieprzu i papryki, a następnie posmaruj je marynatą, tworząc w ten sposób lśniąca glazurę, której smak rozplywa się w mgnieniu oka. Marynaty sprawdzają się idealnie także w przypadku pieczenia. Dla piezonego fileta z indyka odpowiednia będzie marynata z sosu sojowego, miodu, octu winnego oraz powideł śliwkowych (bądź z innych owoców). Piersi z kaczki doskonale smakują natomiast w odstonie orientalnej, w marynacie z czosnku, imbiru, anyżu, miodu i sosu sojowego. Marynując, pamiętaj, że mięso smakuje tym, czym je doprawisz, dlatego starannie dobieraj składniki.

Przygotowując **KACZKE**, należy pamiętać, iż zawiera więcej tłuszczu i nie jest tak delikatna jak mięso kurcząt i indyków. Nadaje się na dania smażone, pieczone, duszone i gotowane. Pierś z kaczki kładzie się na chłodną, suchą patelnię skórą do dołu, aby wytopić z niej tłuszcz i uzyskać chrupiącą skórę. Smaży się około 15 minut, drugą stronę - 10 minut, opcjonalnie podduszając przez 30 minut. Filety z piersi kaczki smaży się przez 15 minut na średnim ogniu, dodając 2 łyżki oleju na patelnię na każdy filet, opcjonalnie podduszając przez 10 minut. Udko z kaczki smaży się około 35-40 minut, po 15-20 minut z każdej strony, na średnim ogniu. Można także obsmażyć je z dwóch stron, a następnie dusić pod przykryciem z warzywami przez około 40 minut. Skrzydełka z kaczki smaży się na średnim ogniu przez 15 minut, następnie dusi na małym ogniu przez 10 minut. Pieczona kaczka o wadze 1,5 kg wymaga 30 minut pieczenia w temperaturze 220°C, a następnie 60 minut w temperaturze 170°C. Będąc klasycznym składnikiem kuchni francuskiej, kaczkę możesz także przyrządzić w wersji confit, powoli gotując ją pod przykryciem w gęsim lub kaczym tłuszczu na minimalnym gazie przez około 2-3 godziny albo piekąc przez 4 godziny w temperaturze 120°C.

Kiedy natomiast chcesz przyrządzić **INDYKA**, to choć najprościej jest przygotować go piezonego, należy uważać, aby go nie spiec. Żeby nie popełniać tego błędu, mięso należy wcześniej zamarynować, pamiętając, by zastosować odpowiednią temperaturę. To właśnie marynata oraz niska temperatura pieczenia, oscylująca na poziomie 160°C-180°C, sprawia, iż pieczeń nie będzie sucha. Długość pieczenia indyka zależy od jego wagi - każdy kilogram mięsa piecze się 40 minut. Jeśli jest faszerowany, wtedy liczymy około 60 minut na kilogram. Czas smażenia jest zależny od wielkości przyrządzanej porcji. Najkrócej smaży się kawałki fileta z indyka, natomiast najdłużej - podudzie. Grillując indyka, należy zachować równomierną temperaturę w przedziale 175°C-230°C. Mięso będzie „ugotowane” wtedy, kiedy temperatura w najgrubszym miejscu udka przy kości (termometr nie może dotykać kości) osiągnie 75°C.

Nic tak nie smakuje w **KURCZAKU**, jak brązowa, chrupiąca skórka. Aby ją uzyskać, trzeba obsmażyć porcje na dużym ogniu. Czas przygotowania poszczególnych części zależy od wielkości oraz rodzaju mięsa. Filety z piersi kurczaka pokrojone w kostkę smaży się bez przykrycia około 20 minut, na średnim ogniu. Kotlety z pojedynczych filetów z piersi kurczaka smaży się natomiast przez 7-10 minut z każdej strony. Z kolei udka kurczaka wymagają po około 10 minut z każdej ze stron, bez przykrycia. Możesz też zmniejszyć ogień i smażyć przez 10 minut pod przykrywką, często obracając mięso, bądź dolać kilka łyżek wywaru lub sporo soku pomidorowego, przykryć pokrywką i dusić przez przynajmniej 10 minut, w zależności od wielkości porcji. Skrzydełka z kurczaka należy smażyć około 30 minut na średnim ogniu, przewracając je co 5 minut. Kurczak o wadze 2 kg pieczony w rękawie wymaga temperatury około 200°C i 1,5 godziny czasu, a następnie 15 minut bez rękawa. Porcja o wadze 50 dag wymaga pieczenia w temperaturze 180°C. Czas różni się w zależności od części kurczaka - to odpowiednio 45 minut dla udka i 45 minut dla piersi. Faszerowanego kurczaka pieczemy w temperaturze 190°C przez 50 minut. Do grillowania najbardziej nadają się skrzydełka, mięso z kością oraz dolna i górna część udka, które się tak nie wysuszą. Kurczaka w całości trzyma się na ruszcie pod pokrywą w temperaturze 200°C przez 1,5 godziny. Małe kawałki można grillować bezpośrednio nad żarem przez 1-14 minut.

Jak widać, każdy rodzaj mięsa można poddać wielu technikom obróbki. Sztuką jest umiejętne ich dopasowanie oraz zadbanie o elementy, które rzutują na jakość potrawy. Jak wiadomo - także w kuchni diabeł tkwi w szczegółach.

**FOIE GRAS, Z KTÓREJ
SŁYNIŁA FRANCUSKA
KUCHNIA, WYKONUJE SIĘ
Z PRZETŁUSZCZONYCH
GĘSICH WĄTRÓBEK.**

Największą zaletą podrobów nie jest dostępność oraz cena, ale przede wszystkim ich wyjątkowy smak. Na długo zapomniane, dziś podroby cieszą się coraz większą popularnością. Chcąc pozyskać nowych klientów oraz zaskoczyć stałych bywalców, warto jest je mieć w swojej karcie. Jednak żeby wydobyć z nich to, co najlepsze, trzeba wiedzieć, jakich podrobów warto używać, oraz poznać najważniejsze techniki ich obróbki.

Najbardziej cenne pod względem odżywczym są wątróbki, nerki, ozorki, serca. Są źródłem białka zwierzęcego, kwasu foliowego, żelaza, wapnia, cynku oraz witamin. Wątróbki są szczególnie wartościowe ze względu na łatwo przyswajalne wysokowartościowe białko oraz mnóstwo witamin, przez co są szeroko wykorzystywane w kuchni. Mogą być serwowane na surowo, półsurowo, smażone oraz duszone. Także nerki są cennym źródłem wysokowartościowego białka, ale już nie tak łatwo przyswajalnego jak w przypadku wątróbek. Ponieważ stanowią one zbitą strukturę, wymagają dłuższej obróbki cieplnej i najczęściej poddawane są gotowaniu oraz duszeniu. Podobne właściwości mają ozorki oraz serca. Pamiętaj, aby podroby przyrządzać na świeżo, gdyż mają one wysoką zawartość płynów.

Najczęściej drobiowe podroby używane są jako element sałatek w połączeniu z sosem lub jako składnik duszonego gulaszu. Nadają one wyjątkową głębię smaku, którą ciężko byłoby uzyskać z użyciem innych produktów. Gotowane na małym ogniu idealnie komponują się z cebulą, pieprzem, ziele angielskim, majerankiem i liściem laurowym. Można je także **obsmażyć**, opcjonalnie obtaczając w panierce, a następnie dusić, wykorzystując jako składnik wielu sosów oraz potrawek. Czas smażenia zależy od wielkości porcji oraz dalszej obróbki - może wynieść od około 10 minut (wątróbka) do około 20 minut (serca i żółdki). Podroby to także idealny składnik **pasztetów**. Wymiesza je więc z mięsem z wywaru, dzięki czemu nie będziesz generować odpadów. Jeśli jednak bardziej zależy ci na ich walorach odżywczych niż smaku, wykorzystaj podroby jako **składnik farszu**, w jajku czy roladzie mięsnej, albo jako składnik sosu. Jeśli wcześniej nie korzystałeś z podrobów, zacznij od klasycznej potrawy, jaką jest wątróbka z jabłkiem. Szukając czegoś mniej tradycyjnego, spróbuj obsmażoną wątróbkę wykorzystać w szaszłykach, którym smak nada marynata. Chcąc zbalansować smak, wątróbkę dodaj na ostatnie 10 minut gotowania, aby swym smakiem nie zdominowała całej potrawy i aby nie stała się gorzka i zbyt twarda. Składniki smakowo komponujące się z podrobami to: czosnek, cebula, papryka, marchew, seler, grzyby, chrzan, czosnek, owoce (jabłka, pomarańcze) oraz przyprawy takie jak pieprz, zioła prowansalskie, pietruszka, bazylia, estragon, ziele angielskie, curry, kolendra, majeranek, liść laurowy, gorczyca.

Pomimo wad podrobów, do jakich należą wyższa zawartość cholesterolu, puryn oraz witaminy A, nadal stanowią one cenny element karty. Dlatego wykorzystaj je w swoim menu, urozmaicając w ten sposób potrawy oraz podejmując walkę z marnotrawieniem żywności w kuchni.

Możesz mieć świetny przepis i umiejętności, jednak połowa sukcesu to jakość mięsa. Jak rozpoznać dobre mięso, z którego możemy wydobyć jak najwięcej smaku oraz dzięki któremu zapewnimy daniu odpowiednią wartość odżywczą. Wszystko sprowadza się do dwóch najważniejszych kwestii: pochodzenie oraz świeżość.

Pochodzenie mięsa to kluczowy aspekt, gdyż każdy element procesu hodowlanego ma wpływ na jakość mięsa. Kiedy istotna jest niska cena, wybór pada zazwyczaj na hodowlę przemysłową. Przykład stanowią kurczaki – brojlery, których przyrost masy osiągany jest w bardzo krótkim czasie (około 35-42 dni). Ich warunki hodowlane, w których króluje sztuczne oświetlenie, ścisk, przemysłowa pasza oraz brak wybiegu i naturalnego światła, powodują gorszą jakość mięsa. W przypadku indyka z hodowli przemysłowej warunki te są zazwyczaj relatywnie lepsze. Potrzebuje on nie tylko więcej czasu – około 120 dni hodowli, ale także nie toleruje ścisku, przez co ma więcej miejsca niż kurczaki. W momencie, kiedy ważniejsza od ceny jest jakość mięsa, warto spojrzeć na hodowlę bardziej przyjazną. Należą do nich m.in. okazy zagrodowe oraz te z wolnego wybiegu. Chów kurczaków zagrodowych trwa przynajmniej 56 dni, a ponadto mają one więcej miejsca, dostęp do naturalnego światła, wybiegu oraz lepszą paszę. Jeszcze korzystniejsze warunki posiadają kurczaki z wolnego wybiegu. Ich cena jest jednak najwyższa, gdyż dodatkowo pochodzą one z certyfikowanych hodowli.

Zarówno kurczaki zagrodowe, jak i z wolnego wybiegu, są o wiele droższe. Jeśli jednak ptaki mają zapewniony stały ruch, są bardziej umięśnione, mają mniej tłuszczu, a ich mięso jest o wiele zdrowsze, smaczniejsze i stanowi źródło cennych składników odżywczych. Istotne dla smaku mięsa jest też to, czym jest dany kurczak karmiony. Więc jeśli znasz swojego dostawcę, zapytaj, co jedzą jego kurczaki. Jeśli możesz, korzystaj z potwierdzonych źródeł, gdyż opakowanie oraz nazwa mogą czasem wprowadzać w błąd. Znakiem jakości, na który warto zwrócić uwagę, jest certyfikat Systemu Gwarantowanej Jakości Żywności QAFF. Gwarantuje on, iż mięso drobiowe spełnia podstawowe obowiązki w procesie produkcji, które mają wpływ na bezpieczeństwo, warunki hodowli oraz jakość mięsa.

Kolejny kluczowy element to świeżość. Kurczak powinien mieć kolor bladoróżowy, czasem lekko beżowy, kaczka – beżowy lub brązowo – czerwony. Nie kupuj mięsa, które ma zbyt ciemny kolor bądź zielonkawy nalot. Nie sięgaj też po jasne, prawie białe mięso, gdyż mogło być ono wielokrotnie płukane. Czujność powinna wzbudzić także żółta, sucha, popękana skóra. Jeśli wybierasz kurczaka, zwróć uwagę na występowanie białych błon i pasków tłuszczu, które mogą świadczyć o chorobie mięśni. Mięso powinno być jędrne i gładkie. A ponad wszystko – powąchaj je. Jeśli „brzydko” pachnie, nie bierz. Kupując na bazarze, a nawet w supermarketach, zwróć uwagę na warunki sanitarne oraz temperaturę przechowywania mięsa, która powinna wynosić około 4°C.

Kiedy już wybierzesz świeże mięso odpowiedniej jakości, pojawia się pytanie: całe czy porcjowane? Porcjowana tuszka to niewątpliwie oszczędność czasu, która jest na wagę złota. Z drugiej strony, taniej jest kupować na wagę niż w kawałkach. Pozyskując całą tuszkę, uczysz się także porcjować mięso, które możesz w całości upiec bądź wykorzystać w menu, kreując potrawy również z podrobów. Podejmując tę decyzję, warto wziąć pod uwagę kwestię marnowania jedzenia, która jest jedną z kluczowych w gastronomii. Jeśli kupując całą tuszkę, zobaczysz, że część elementów trafia do kosza, lepszym wyborem jest porcjowane mięso.

Profesjonalne produkty ułatwiające przygotowanie potraw z drobiu:

PROFESJONALNE PRODUKTY UŁATWIAJĄCE PRZYGOTOWANIE POTRAW Z DROBIU



Esencja bulionu drobiowego Knorr Professional Pojemność: 1 l
Esencja bulionu wołowego Knorr Professional Pojemność: 1 l
Esencja bulionu warzywnego Knorr Professional Pojemność: 1 l
Esencja bulionu wołowego Knorr Professional Pojemność: 1 l
Rosół z kury w paście Knorr Masa netto: 1 kg
Rosół o smaku wołowym w paście Knorr Masa netto: 1 kg
Fond z owoców morza w paście Knorr Masa netto: 1 kg



Rosół z kury Knorr Masa netto: 0,9 kg / 12,5 kg
Rosół wołowy Knorr Masa netto: 0,9 kg / 12,5 kg
Rosół jarzynowy Knorr Masa netto: 1 kg / 15 kg
Bulion grzybowy Knorr Masa netto: 1 kg
Rosół o smaku wędzonki Knorr Masa netto: 1 kg
Rosół z kury w kostkach Knorr Masa netto: 0,7 kg

SOSY I REDUKCJA



Sos biały Knorr Masa netto: 0,95 kg
Sos Demi-Glace Knorr Masa netto: 0,75 kg
Sos pieczeniowy w paście Knorr Masa netto: 1,2 kg
Sos pieczeniowy Knorr Masa netto: 1,4 kg
Sos Cafe de Paris Knorr Masa netto: 0,8 kg
Sos cytrynowo-maślany Knorr Masa netto: 0,8 kg



Sos grzybowy Knorr Masa netto: 0,84 kg
Sos holenderski Knorr Masa netto: 1 kg
Sos myśliwski Knorr Masa netto: 1,1 kg
Sos pieczarkowo-borowikowy Knorr Masa netto: 1 kg
Sos słodko-kwaśny Knorr Masa netto: 1,5 kg
Sos śródziemnomorski Knorr Masa netto: 1 kg

Profesjonalne produkty ułatwiające przygotowanie potraw z drobiu:

SOSY I REDUKCJA



Sos węgierski Knorr Masa netto: 1,2 kg
Sos z zielonym pieprzem Knorr Masa netto: 0,85 kg
Sos cztery sery z brokułami Knorr Masa netto: 0,9 kg
Sos do spaghetti Bolognese Knorr Masa netto: 1 kg
Sos do spaghetti Carbonara Knorr Masa netto: 1 kg
Sos do spaghetti Napoli Knorr Masa netto: 0,9 kg
Redukcja wołowa do sosów Knorr Professional Masa netto: 0,8 kg

KOLEKCJA AZJATYCKA



Słodko-pikantny sos chili - Sunshine Chili Knorr Pojemność: 1 l
Słodki sos sojowy - Ketjap Manis Knorr Pojemność: 1 l
Pikantny sos z chili i soją - Sambal Manis Knorr Pojemność: 1 l
Pikantny sos z chili i pomidorami - Pang Gang Knorr Pojemność: 1 l
Żółta pasta curry Knorr Masa netto: 0,85 kg
Czerwona pasta curry Knorr Masa netto: 0,85 kg

KOLEKCJA AZJATYCKA



Zielona pasta curry Knorr Masa netto: 0,85 kg
Mleczko kokosowe w proszku Knorr Masa netto: 1 kg

MARYNATY



Marynata do drobiu Knorr Professional Masa netto: 0,7 kg
Marynata do wieprzowiny Knorr Professional Masa netto: 0,75 kg
Marynata do wołowiny Knorr Professional Masa netto: 0,75 kg
Marynata do ryb i owoców morza Knorr Professional Masa netto: 0,7 kg

DELIKATY - MIESZANKI PRZYPRAW



Delikat Przyprawa do drobiu Knorr Masa netto: 0,6 kg
Delikat Przyprawa do grilla Knorr Masa netto: 0,5 kg
Delikat Przyprawa do mięs Knorr Masa netto: 0,6 kg
Delikat Przyprawa do gyrosa Knorr Masa netto: 0,5 kg
Delikat Przyprawa do ryb Knorr Masa netto: 0,6 kg

Więcej profesjonalnych
inspiracji znajdziesz na
www.ufs.com



**Unilever
Food
Solutions**