

in.ihned.cz/jidlo



Králíčí hřbet Marengo

Jak už z názvu rubriky vyplývá, nám pochopitelně nejde o vědecké zkoumání tohoto všeobecně známého a rozšířeného ušatce, ale o jeho maso a jeho kuchyňské zpracování.

Králíka sice známe všichni, avšak díky mnohdy nekvalitní a neschopné přípravě v kuchyni není bohužel mezi strávníky nijak zvlášť oblíbený. K naší škodě, protože maso králíka je z dietetického hlediska jedním z nejvyššího. Obsahuje 21 % bílkovin a jenom 4 – 6 procent

tuku a je lehce stravitelné. Například Italové si králíčí cení stejně vysoko jako kůzle. Můžeme ho vařit, péct, smažit, dusit, udělat z něj paštiky, huspeniny, pomazánky i masové náplně. Číňan Luo Kchun v roce 1988 dokázal z králíka připravit 2000 různých jídel. Český šéfkuchař Jiří Eichner jich v knize Králíčí hody shromáždil zhruba desetinu. Několik z nich vám dnes pro inspiraci představujeme. ●

LIBOR ŠEVČÍK

libor.sevcik@economia.cz



Plněný králíčí hřbet

REPRO: KNIHA KRÁLÍČÍ HODY

## VAŘTE S NÁMI

## Králíčí paštika

(na 1 kg paštiky)

- 800 g králíčího masa s kostí
- 250 g vepřové plece
- 100 g slaniny
- 2 vejce
- 50 g sádla
- 2 cibule
- petrželka
- sůl
- muškátový květ, mletý zázvor, bílý pepř, rozmarýn
- 150 g slaniny na vyložení formy

Maso z upečeného (může být i uvařené) králíka obereme od kosti a umeleme společně s vepřovou plecí a slaninou. Očištěnou a jemně nakrájenou cibuli zpěníme na tuku společně s nakrájenou petrželkou a přidáme k mletému masu. Směs osolíme, opepříme, okořeníme, promícháme se syrovými vejci a rozmixujeme. Paštikovou formu vyložíme plátkem slaniny a vyplníme masovou hmotou. Povrch pokryjeme slaninou a vaříme v páře jednu a čtvrt hodiny. Necháme vychladnout, vyklopíme a nakrájíme. Ozdobíme petrželkou a přidáme brusinkový kompot.

## Plněný králíčí hřbet

(4 porce)

- 1 králíčí hřbet
- 120 g oleje
- 1 králíčí játra
- 1 vejce
- 60 g čerstvých žampionů
- 100 g anglické slaniny
- 3 dl králíčího vývaru
- 3 cibule, 3 stroužky česneku
- 50 g másla
- 300 g hrášku
- sůl
- 1 lžice hladké mouky

Očištěný králíčí hřbet potřeme česnekem utřeným se solí. Do masa nařízneme kapsu pro plnění. Na části oleje zpěníme polovinu nakrájené cibule, přidáme nakrájená králíčí játra, na plátky nakrájené žampiony, orestujeme a zalijeme rozšlehaným vejcem. Směs necháme srazit a podle chuti dosolíme. Vychladlou směsí naplníme kapsy v masu a zašijeme je. Hřbet obalíme plátkem anglické slaniny, ovážeme nití a poprášíme moukou. Hřbet opečeme na oleji, zalijeme vývarem a dusíme do měkka. Zbytek nakrájené cibule osmahneme na másle, přidáme nakládaný hrášek, prohřejeme a podáváme jako přílohu k masu. Nakrájený hřbet přelijeme šťávou z výpeku. Příloha: brambory.

## Králíčí hřbet Marengo

(4 porce)

- 1 králíčí hřbet
- 120 g oleje
- 150 g čerstvých žampionů
- 4 rajčata
- 2 lžice hladké mouky
- 3 dl králíčího vývaru
- sůl
- bílý pepř

Očištěný králíčí hřbet osolíme, opepříme a necháme odležet. Potom ho poprášíme hladkou moukou a na rozpáleném oleji ze všech stran opečeme. Zalijeme vývarem a dusíme do poloměkka. Rajčata spaříme, oloupeme a pokrájíme na čtvrtky. Žampiony pokrájíme na plátky a společně s rajčaty přidáme k masu a dusíme, až je maso měkké. Naporcujeme a podáváme se šťávou z rajčat a žampionů. Příloha: brambory.

## KNIŽNÍ TIP

Jiří Eichner, Zdeněk Hrabica  
Králíčí hody

Vydala Mladá fronta 2003  
„Oba ve svém životě králíky také sami chovali, uvařili a ochutnali nejedno králíčí jídlo a ocenili je i se svými přáteli,“ píše se v předmluvě ke knížce, kterou sepsal přední český šéfkuchař ve spolupráci s publicistou.



Recepty na králíčí maso plné neotřelých nápadů i osvědčených postupů