

# Éhséget, szomjat oltó hozzávaló

## Ízesített sör felhasználása a gasztronómiában

• Egyszemélyes mini grillcsirkét készített legutóbb Karácsony József, a Főnix Konyha szakácsa, aki ezúttal is elrugaskodott a megszokott receptektől, bemutatva, hogy miként hasznosíthatók a gasztronómiában az ízesített sörök. Mint mondta, a hozzávalók könnyen beszerezhetőek, és az étel összeállításához sem kell nagyobb erőfeszítés.



Mini grillcsirke. Lényege, hogy a szárnyas minden részét megkóstolhassuk

FOTÓK: ERDÉLY BÁLINT ELŐD

### FÜLÖP-SZÉKELY BOTOND

„Bizonyára sokan kóstoltak már grillcsirkét, és az ízesített söröket sem kell bemutatni, ám azt már kevesebben tudják, hogy a kettő kombinálásával kiváló ebédet készíthetünk” – vezette fel többször próbált receptjét Karácsony József, a Főnix Konyha séfje. Azt tanácsolta, hogy

ne féljünk az újtól, használjuk kreativitásunkat, így valóban meglephetjük szeretteinket.

### „Egyszemélyes” csirke

Általában másfél-két kilogrammos szárnyasokból készítik a grillcsirkét, hogy többen is jóllakhassanak belőle, ám a séf ezúttal egy fél

kilogrammos példányt választott, amelyből egy személynek tálalhatunk. A lényeg, hogy ő megkóstolhassa a csirke minden részét, kiélvezve a némileg eltérő ízeket. Az alapanyagként használt csirkét ezúttal a boltból, esetleg kimondottan ilyen céllal tenyésztő csirkefarmokról érdemes beszerezni, mivel az otthoni szárnyasok jóval izmosabbak, így a húruk is rágósabb, nehezebben készül el – magyarázta a szakember.

Első lépésként tisztítsuk meg, jól mossuk át a csirkét, így elkerülhetjük a későbbi kellemetlenségeket. Vastagon fűszerezünk sóval, borsal, fokhagymaporral, őrölt paprikával és köménnyel. Mindemellett olívaolajjal is kenjük be a húst, hiszen az segít abban, hogy a fűszerek rajta maradjanak. A szárnyas belső részét – a belső szervek helyét – szinte bármilyen zöldséggel, gyümölccsel megtömhetjük, Karácsony ezúttal friss fügét és szeletelt almát használt erre a célra. Fontos mozzanatról van szó, hiszen a gyümölcsök ízt adnak majd a húsnak, ugyanakkor felfogják az abból távozó zamatot.

### Sörrel ízesítve

A sütéshez öntsünk olívaolajat grillserpenyőbe: először a csirke há-

tát, majd mellrészét pirítsuk néhány percig. Közben tegyünk még a serpenyőbe gombát, pritaminpaprikát, bébirépat, fokhagymagerezdeket és koktélpáradicsomot is, hiszen ezekből kiváló köret készül. Amikor a hő hatására kezdett elpárologni az olaj az edényből, akkor két deciliter vízzel és ugyanennyi ízesített sörrel öntötte fel a csirkét a séf, hogy a következő harmincöt percben ebben párolódhasson. „Jó, ha valamilyen édes-savanykás ízesítésű sört használunk ehhez, ezért döntöttem a vadmálnás mellett” – közölte Karácsony József. Közben, ha a sör és a

víz már kezd elpárologni, érdemes forgatni a szárnyast, ilyenkor pedig ízesítsük újra a már használt fűszerekkel, esetleg fokhagymapráddal. „A saft lemossa a csirkéről a fűszereket, ezért érdemes azokat többször pótolni” – így a séf.

A tálaláshoz némi rukkolát és nyers, darabolt pritaminpaprikát, koktélpáradicsomot helyezett el a tányéron a szakács, majd melléjük tette azok sült verzióját is. Ezekre került rá a különleges egyszemélyes grillcsirke. Mivel vadmálnás sört használt az ízesítéshez, ebből is töltött egy pohárral az étel mellé.



HIRDETÉS

## A csomagolás öröme.

Elérhetőség: 0744-636707.

Bemutató üzlet – Székelyudvarhely,

Vásártér u. 6. szám.

(Orion üzletház földszintje)

Munkapont – Fások u. 14/24



Plasti  
Sistem

www.plastsistem.com



Rukkolát, illetve zöldségeket érdemes a hús mellé tálalni