

## Upravujeme jehněčí maso



Přední část se nejčastěji smažila nebo nadívala a pekla. Zadní část se většinou pekla, smažila se jen výjimečně, v tom případě se kýtky vykostily a nakrájely se z nich řízky. Mozeček se připravoval dušený nebo smažený. Játra se připravovala s kořínkem nebo se dusila na cibulce či smažila. Šikovné hospodyně z nich dělaly vynikající pomazánku. Samotný koříněk se dělal většinou na kyselo nebo jako haše. Bylo-li porcované zvíře větší, usmažily se jen lopatky a hrudí, krk a žebírka se potom dělaly na paprice nebo zadělávané jako telecí s květákem a houskovými knedlíky.

Pokud hospodyně dělala jehněčí nebo kůzlečí předek s nádivkou, věděla, že kapsa v hrudi nesmí být příliš plná, jinak by při pečení praskla. Proto, kdo měl rád více nádivky, bylo vhodné část jí přendat do zavařovací sklenice, uzavřít a uvařit ji ještě zvlášť v páře. Takto připravená nádivka byla kyprá a neoschlá. Někdo dával nádivku péci zvlášť na pekáč přímo k pečení, ale v tom případě bylo třeba počítat s tím, že nádivka "vypije" hodně šťávy. Při pečení se nadívané hrudí vložilo nejprve na pekáč nádivkou nahoru, když ztuhla, maso se obrátilo.

## Jehněčí s kořeněnou kůrčičkou

*1 lžíce olivového oleje, 2 lžíce světlého třtinového cukru, 2 lžíce hořčice se semínky, 1 lžíce křenové omáčky, 1 lžíce hladké mouky, 350 g jehněčí krkovičky, sůl, pepř, salát ze syrového zelí, plátky rajčat*

V mělké nekovové míse smíchejte olej, cukr, hořčici, křenovou omáčku, mouku a podle chuti pepř a sůl. Vše dobře promíchejte. Obalte důkladně maso ve směsi. Lehce potřete olejem jeden kus silnější (nebo nadvakrát přeložené slabší) hliníkové fólie. Důkladně do ní maso zabalte. Třicet minut ve fólii opékejte na roštu nad dřevěným uhlím a občas balíček obraťte. Fólii rozbalte, puštěnou šťávou přelijte maso, znovu je nebalte a na

fólii ještě 10 – 15 minut pečte. Položte maso na talíř a vyjměte je z fólie. Pokrájejte je na silnější plátky a podávejte se salátem ze syrového zelí a plátky rajčat.

## Jehněčí na rozmarýnu

*500 g libového jehněčího, 4 lžíce želé z červeného rybízu, 1 lžíce nasekaného čerstvého rozmarýnu, 1 rozetřený stroužek česneku, 450 g na kostky pokrájených brambor, 450 g pokrájených pórků, 1,5 dl čerstvého zeleninového vývaru, 4 lžičky nízkotučného žervé, sůl, pepř, čerstvě v páře uvařená zelenina jako příloha, nasekaný čerstvý rozmarýn, červený rybíz*

Dejte maso do mělkého pekáče. Smíchejte 2 lžíce rybízového želé s rozmarýnem, česnekem, solí a pepřem. Maso touto směsí potřete a pečte 30 minut v předehřáté troubě při teplotě 230 °C. Občas maso potřete vypечenou šťávou. Mezitím dejte brambory do hrnce a zalijte je vodou. Přiveďte k varu a vařte 8 minut. Přecedte je a nechte okapat. Vložte do hrnce pórků s vývarem. Zakryjte pokličkou a na mírném ohni vařte 7 – 8 minut, nebo dokud nejsou měkké. Scedte je a tekutinu uschovejte. Dejte brambor a pórek do mísy a rozmačkejte je mačkadlem na kaši. Osolte, okořeňte a promíchejte s žervé. Navršte směs na předehřátou mísu a udržujte ji teplou. V pánvičce rozpustte zbývající želé a rozmíchejte ho v tekutině, v níž se vařil pórek. Přiveďte do varu a 5 minut povařte. Maso pokrájejte na plátky a rozložte na kaši. Přelijte omáčkou a ozdobte rozmarýnem a červeným rybízem. Podávejte se zeleninou uvařenou v páře.

## Jehněčí kotletky na rozmarýnu

*Kotletky: 8 jehněčích kotletek, 5 lžic olivového oleje, 2 lžíce citronové šťávy, 1 rozetřený stroužek česneku, 1/2 lžičky pepře, sůl, 8 snítek rozmarýnu*  
*Salát: 4 pokrájená rajčata, 4 úhlopříčně pokrájené jarní cibulky.*  
*Zálivka: 2 lžíce olivového oleje, 1 lžíce citronové šťávy, 1 nasekaný stroužek česneku, 1/4 lžičky jemně nasekaného čerstvého rozmarýnu.*

Ostrým nožem odřízněte z kotletek maso tak, abyste obnažili špičku kosti. Do nekovové mísy dejte olej, citronovou šťávu, česnek, pepř a vidličkou rozšlehejte, aby se všechny ingredience spojily. Vložte do mísy snítka rozmarýnu a na ně položte kotletky. Nechte nejméně 1 hodinu marinovat a jednou za tuto dobu kotletky obraťte. Vyjměte kotletky z marinády a obtočte kolem každé obnažené kosti kousek staniolu, aby se nespálila. Dejte na rošt snítka rozmarýnu a na ně kotletky. 10 – 15 minut je grilujte a jednou otočte. Mezitím si připravte salát a zálivku: Rozmístěte v míse plátky rajčat a posypte je jarní cibulkou. Všechny ingredience zálivky dejte do skleničky se šroubovacím uzávěrem, dobře protřepejte a nalijte na salát. Jehněčí kotletky podávejte s tímto salátem a brambory ve slupce.

## Jehněčí játra na paprikách

*450 g jehněčích jater, 3 lžíce škrobové moučky, 2 lžíce oleje, 1 pokrájená cibule, 2 rozetřené stroužky česneku, 2 zelené papriky, zbavené semínek a pokrájené, 2 lžíce rajčatového protlaku, 3 lžíce suchého sherry, 2 lžíce sójové omáčky*

Ostrým nožem odřežte z jater tuk a játra pokrájejte na nudličky. Do velké mísy dejte 2 lžíce škrobové moučky. Přidejte do mísy nudličky z jater a dobře je s moučkou promíchejte, aby se jí všude pokryly. Ve

velké přehřáté pánvi rozeďte olej. Přidejte jehněčí játra, pokrájenou cibuli, roztřený česnek a pokrájenou zelenou papriku a za častého míchání smažte 6 - 7 minut, nebo dokud nejsou nudličky jater a zelenina měkké. Smíchejte v misce rajčatový protlak, sherry, zbývající lžíci škrobové moučky a sójovou omáčku. Přidejte směs do pánve a 2 minuty vše povařte, aby omáčka zhoustla. Hotový pokrm rozdělte do ohřátých servírovaných misek a okamžitě podávejte.

## **Jehněčí s česnekovou omáčkou**

*450 g jehněčího z kýty nebo zadní části hřbetu, 2 lžíce tmavé sójové omáčky, 2 lžičky sezamového oleje, 2 lžíce čínského rýžového vína nebo suchého sherry, 1/2 lžičky pepře, 4 lžíce rostlinného oleje, 4 rozetřené stroužky česneku, 60 g burských oříšků, 1 zelená paprika, zbavená semínek a pokrájená, 1 lžíce vinného octa, 1 lžíce sezamového oleje*

Pokrájejte maso na kusy velké 2,5 cm a položte je na talíř. Smíchejte v misce 1 lžíci sójové omáčky, sezamový olej, čínské rýžové víno nebo sherry a sečuánský pepř. Polijte touto směsí maso, promíchejte je a nechte 30 minut marinovat. V přehřáté pánvi rozehřejte olej. Vyměte maso z marinády a dejte do pánve společně s česnekem. Za stálého míchání smažte 2 - 3 minuty. Přidejte burské oříšky a pepř a smažte za stálého míchání další 1 minutu. Přidejte zbývající sójovou omáčku a vinný ocet a směs dobře promíchejte. Přidejte sezamový olej a za neustálého míchání povařte, nebo dokud nebude jehněčí maso měkké. Okamžitě podávejte na ohřáté servírovací míse s rýží nebo nudlemi.