Z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia, życzę Państwu dużo zdrowia i radości oraz wszelkiej pomyślności w nadchodzącym 2018 roku. Poniżej przedstawiam dwa zdrowe, wykwintne przepisy, które łatwo wykonać, a świetnie pasują do nadchodzącego czasu.

SAŁATKA Z KURCZAKA W MIGDAŁACH

Składniki:

Pojedyncza pierś kurczaka

100g migdałów

2 czubate łyżki stołowe posiekanej natki pietruszki

Sos typu tatarskiego:

1 średni ogórek konserwowy

cebulka

2 łyżki majonezu

3 łyżki jogurtu 0% tł.

Sól

Czarny pieprz

4 ziarenka ziela angielskiego

1 liść laurowy

Ugotować umytą pierś kurczaka w wodzie z odrobiną soli, ziarenkami ziela angielskiego i liściem laurowym. Schłodzić i drobno pokroić. Migdały sparzyć wrzątkiem, obrać i posiekać. Ogórek konserwowy pokroić i zmieszać z pokrojoną cebulką, majonezem i jogurtem, dodać sól i pieprz do smaku, na koniec dodać posiekaną natkę pietruszki.

Wszystkie składniki połączyć i odstawić w chłodne miejsce.

UDZIEC INDYCZY NA DZIKO Z JAŁOWCEM

Składniki:

Duży udziec indyczy bez kości lub 2 mniejsze

1 łyżka owoców jałowca

1 łyżka suszonego tymianku lub kilka gałązek świeżego

1 łyżka suszonej szałwii

1 duży ząbek czosnku

Sól

Czarny pieprz

Udziec obrać ze skóry, tłuszczu i nadmiaru błon. W moździerzu rozetrzeć sól, owoce jałowca, czosnek, tymianek i szałwię. Natrzeć mięso uzyskaną pastą, odstawić do lodówki na godzinę. Piec w rękawie do pieczenia szczelnie zawiązanym (jak cukierek) w temperaturze 200 stopni Celsjusza przez taką ilość godzin ile udziec waży (przy ciężarze 1,2 kg, piec przez 1 godzinę i 20 minut). Pozostawić do wystygnięcia w piekarniku.