Co dělat se zbytky masa?



Masová recyklace

Málokterá hospodyňka vyhodí s klidným srdcem pečené či vařené maso, které nesplnilo u stolu svůj účel. Pokud nechcete rozmazlovat vlastní nebo sousedovi zvířecí mazlíčky, nabízíme několik tipů, jak s masovou náloží zatočit.

Z vařeného i pečeného masa můžete připravit vynikající oběd či večeři za pomoci těstovin, rýže, brambor a zeleniny. Zbytky masa stačí pokrájet na nudličky nebo pomlít, podusit na cibulce, přidat zeleninu dle chuti (hrášek, mrkev, kukuřice, žampiony), smíchat s uvařenou rýží a **vytvořit rychlé rizoto**.

Využít můžete také těstoviny nebo na kostičky nakrájené brambory uvařené na loupačku. Směs dobře promíchejte a vložte do pekáčku, zalijte rozšlehaným vejcem, posypte strouhaným sýrem a dejte zapéct. Rodina olízne všech deset! Obdobnou směs můžete připravit i ze zbytků uzenin, navíc je možné přidat další ingredience – sušená i čerstvá rajčata, pórek nebo houby, a nový recept je na světě.

Haše, nádivky i karbanátky

Klasiku, kterou si mnozí pamatují především z jídelen, představuje **masová hašé**. Ačkoliv nemá valnou pověst, připravená z kvalitních surovin vás nemůže zklamat. Jedná se o směs namletého masa a strouhanky, vše opraženo na cibulce spolu s vejci a slaninou.

Menší zbytky uzenin se vám budou skvěle hodit **do nádivek, jako základ svačinových polévek nebo jimi můžete vylepšit víkendová míchaná vajíčka**

.

Tepelně upravené maso můžete snadno recyklovat také **do karbanátků a dalších masových šišek**. Pokud máte zbytkového masa méně, než je třeba, zkuste jej nastavit sójou nebo vařenou rýží. Do těchto masových šišek můžete přidat i zbytky tvrdého sýru nebo zeleniny, přidejte česnek, provensálské či řecké koření a opečte dozlatova.

Zbytky kuřete

Pokud tápete, jak naložit s nedojedeným pečeným kuřetem, ještě ten den oberte maso od kostí a dejte ho do chladna. Bude se vám hodit např. **pro kuře na paprice nebo jako nezbytná součást zeleninového salátu**. Drůbeží, hovězí i vepřové maso perfektně zužitkujete také **při přípravě domácích sendvičů**. Namísto hořčice s kečupem si připravte lahodnější zálivku z francouzské hořčice a medu.

Zázraky studené kuchyně

Zbytky karbanátků nemusíte konzumovat jenom s hořčicí a chlebem. Ať už jde o vepřové, hovězí či rybí maso, **zkuste karbanátky naložit do sladkokyselého nálevu (stejně jako utopence)**. Přidejte cibuli, bobkový list, nové koření, pepř, feferonky a ostatní dobroty dle chuti, nechte řádně uležet a ve správný okamžik překvapte hladové stolovníky.

Ve studené kuchyni už zůstaneme. Protože **paštiky a pomazánky ke zpracování nejrůznějších přebytků přímo vyzývají**. Stačí maso umlít, přidat najemno nasekanou cibulku, rozemleté škvarky či sádlo, cibuli, sůl, pepř, nebo dle chuti raději hořčici a kečup, strouhaný sýr a rychlá svačina je na stole.

Náš tip: Vepřová paštika

500 g pečeného vepřového masa, 200 g drůbežích jater, 50 g uzeného špeku, 50 g anglické slaniny, 3 stroužky česneku, 2 lžíce polosladkého červeného vína, špetka muškátového oříšku, čerstvě drcený pepř, sůl, lžička tymiánu, máslo na vymazání formy

Maso umeleme spolu se špekem, slaninou a česnekem, játra naškrábeme a obě směsi spojíme. Přidáme sůl, drcený pepř, rozdrcený tymián a špetku muškátového oříšku. Na závěr zalijeme červeným vínem. Směs dobře promícháme a necháme nejlépe přes noc uležet v chladnu. Masovou směs rovnoměrně rozmístíme do pekáčku, který jsme vymazali máslem. Pekáček dobře zakryjeme alobalem. Paštiku pečeme ve vodní lázni asi hodinu a půl při 180 ˚C. Musí být horká ve svém středu. Poté opatrně vyjmeme a necháme zchladnout. Do masové směsi můžeme přidat sušené brusinky, ořechy i čerstvé bylinky dle chuti.