



reteta-video.ro

Piept de Curcan la Cuptor

Cum sa faci cel mai simplu **piept de curcan la cuptor**? Nimic mai usor! Nu ne ia mai mult de 10 minute sa pregatim **marinada**, iar dupa ce punem **curcanul in cuptor** avem o **friptura frageda** si aromata de ne lingem pe degetele! Si nu, sa nu credeti ca vom avea o carne fada si fara gust, desi nu facem mai nimic. Dimpotriva! Pieptul de curcan va fi moale si succulent in interior, cu o crusta usor crocanta in interior. Tot secretul este tocmai marinada. Pe care eu o iubesc caci, desi am avut un **piept de curcan** fara piele si os, si-a pastrat toate sucurile. Ca sa nu mai spun ca o folosesc destul de des, cam pentru orice carne de pasare pregatesc la cuptor, fie ca e curcan sau pui. Folositi orice ierburi aromatice va plac, fie ca sunt proaspete sau uscate. Oricum o sa fie un dezmata culinar. Insa important este sa aveti un mustar de calitate si sa imbracati carnea de curcan bine bine cu el. Aceasta **crusta de mustar** este cea care are grija ca friptura sa ramana frageda, fara a fi nevoie sa o acoperim. Si dintr-un piept de **curcan** pe care de obicei ne ferim sa-l pregatim la cuptor, fie ca dureaza prea mult, fie ca ni se pare ca nu o sa fie suficient de aromat cu siguranta o sa avem cea mai buna **friptura de curcan la tava**! Si nu ca zic eu! Dar asa au zis toti cei care l-au incercat! Mai usor nici ca se poate! Facem marinata, acoperim carnea cu ea si o lasam sa se odihneasca si sa-si traga toata bunatatile din sos, apoi o punem in tava si la cuptor cu ea! Si dintr-o bucata de piept de curcan, cu o carne slaba, fara sa stam ore intregi langa cuptor, punem pe masa cea mai frageda friptura. E ca o magie! De fapt marinada e magia! Dupa mine este o reteta perfecta nu numai de sarbatori, pentru mesele festive, cand nu stim ce sa pregatim mai intai ca sa fie toata lumea multumita, dar si pentru un pranz grozav in familie. Ca sa nu mai zic ca daca va mai ramane o bucatica o puteti transforma in delicioase **sandwich-uri cu friptura** sau sa o puneti intr-o salata sau in niste lipii rulate. Nu va mai zic (iar) cat de bun este! Va zic doar ca trebuie sa-l incercati!!! Si sa-mi spuneti daca nu e super-mega-extra bun!!!!

INGREDIENTE PIEPT DE CURCAN LA CUPTOR

o bucata de piept de curcan fara piele si os (cam 800 g)
2 linguri cu mustar
2 linguri cu zeama de lamaie
2 linguri cu ulei de masline
8-10 frunze de salvie
frunzele desfacute de pe 2-3 crengute de rozmarin
o lingurita cu cimbru (uscat)
6-8 catei mici de usturoi, curatati si spalati
o lingurita cu paprika afumata
sare
piper proaspat macinat

MOD DE PREPARARE PIEPT DE CURCAN LA CUPTOR

PASUL 1

Tocam marunt salvia si rozmarinul.

PASUL 2

Intr-un castron punem mustarul, zeama de lamaie, uleiul de masline, salvia, rozmarinul, cimbrul (mai pastram un varf de lingurita), paprika afumata si zdrobim usturoiul. Condimentam cu sare si piper macinat si amestecam bine pana cand obtinem o pasta.

PASUL 3

Ungem carnea de curcan pe toate partile, bine stearsa inainte, cu marinada pregatita cat sa fie uniform acoperita. O acoperim cu o folie alimentara si o punem in frigider peste noapte sau o lasam macar o ora la temperatura camerei.

PASUL 4

Dupa acest timp scoatem pieptul de curcan marinat din frigider si il lasam cam 30 de minute sa ajunga la temperatura camerei. Incalzim cuptorul.

PASUL 5

Mutam curcanul intr-o tava si presaram deasupra cimbrul ramas. Punem friptura in cuptorul incalzit la 180 de grade pentru 40-45 de minute (nu este nevoie sa o acoperim).

PASUL 6

Cand pieptul de curcan este rumenit iar atunci cand il intepam cu un bat de frigaruie elibereaza doar sucuri clare, fara urme de sange il scoatem din cuptor.

PASUL 7

Il lasam se se odihneasca, usor acoperit cu o hartie de copt, cam 10 minute apoi il putem felia.

PASUL 8

Servim cu legume si salata iar, daca va mai ramane, in sandwich-uri, lipii rulate sau intr-o salata de curcan cu legume.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Piept de Curcan la Cuptor in Crusta de Mustar*.
*POFTA BUNA!***

