

Ile czasu piec kurczaka, a ile inne mięsa?



Opis wskazówki

Pieczenie mięsa w piekarniku z pozoru wydaje się łatwe.

Wystarczy ułożyć mięso na blaszce, kratce lub rękawie, zamknąć w piekarniku i czekać. Jednak to nie wszystko. Na konsystencję, smak i wygląd pieczonego mięsa mają wpływ jego rodzaj, wielkość oraz parametry i ustawienia piekarnika. Często mięso pieczone zgodnie z przepisem może okazać się suche i twarde. Chcesz, by Twoje mięso było zawsze soczyste? Nie wiesz, ile czasu piec kurczaka, a ile inne mięsa? Wypróbuj nasze wskazówki.

Jak długo piec kurczaka?

Pomimo, że kurczak jest jednym z najpopularniejszych i najczęściej jedzonych mięs jego pieczenie może przysporzyć sporo trudności. Wszystko zależy od tego w jakiej formie masz zamiar piec kurczaka - czy będzie to cała tuszka, czy jej fragmenty. Ze względu na odmienną budowę mięśni składających się na pierś i na udko, pieczenie kurczaka w całości może sprawić, że pierś będzie sucha a udka na wół surowe. Jak zapobiec nierównomiernemu rozkładowi ciepła? Jedną z metod jest moczenie mięsa w solance. Sprawia ono, że mięso po upieczeniu jest bardziej soczyste.

Coraz częściej stosowanym sposobem jest wiązanie udek. Dzięki temu piersi wolniej się pieką i tracą soki. Związanego kurczaka można jeszcze podsmażyć na patelni, ale wyłącznie od strony udek. Przyspieszy to pieczenie udek, które wymagają więcej czasu. Takie rozwiązanie pozwoli także na stopniowe nagrzewanie pozbawionej tłuszczu piersi.

Jeszcze innym sposobem jest wolne pieczenie w 100 stopniach. Dzięki temu temperatura włókien mięśniowych wzrasta wolniej, co przekłada się na lepsze zachowanie soków w mięsie. Podczas pieczenia drobiu warto sprawdzać temperaturę wewnątrz mięsa. Termometr wbity w najgrubszym miejscu powinien pokazywać minimum 65 st. Celsjusza. Pozwala to na dokładniejsze kontrolowanie konsystencji mięsa po jego upieczeniu.

Czas pieczenia należy dopasować do wielkości kurczaka. Tuskę do 1,5 kg należy piec ok. 100 minut metodą pieczenia w niskich temperaturach. W przypadku pieczenia w folii lub rękawie ten czas może się skrócić do 60 minut. Udka, w zależności od wielkości i grubości, będą potrzebowały ok. 30-50 minut. Skrzydełka z względu na kość, która utrudnia pieczenie 25-30 minut, a pierś 15-20 minut.

Ile czasu piec schab, a ile karkówkę?

Dwa podobnej wielkości kawałki będą potrzebowały różnego czasu pieczenia. Związane jest to z ilością tłuszczu i przerostów w mięsie. Schab jest mięsem chudym, które szybko traci soki i robi się suche. Z kolei karkówka ze względu na większą ilość tłuszczu oraz włókien kolagenowych będzie potrzebowała więcej czasu. Porcję schabu należy piec około 12 minut, a 1 kg kawałek około 1 godziny. W przypadku karkówki w plastrach czas pieczenia będzie wynosił 15-25 minut, a cały kawałek będzie potrzebował około 1,5 godziny.

Ile piec łososia?

Podobnie, jak w przypadku innych mięs ważna jest wielkość danego kawałka, a także zawartość tłuszczu. Łosoś, śledź czy makrela będą potrzebowały więcej czasu niż dorsz, tuńczyk, halibut czy pstrąg. Kawałki ryb o większej zawartości tłuszczu będą potrzebowały więcej czasu, by po upieczeniu były soczyste i delikatne. Filety z łososia będą potrzebowały około 20 minut w piekarniku. Takiej samej wielkości filety z dorsza będą gotowe po zaledwie 10 minutach.

Łososia możesz przygotować w folii lub rękawie - takim wypadku czas pieczenia należy wydłużyć do 30 minut.