

Makaron z kurczakiem i pesto – najlepsze przepisy na 2025 rok

Makaron z kurczakiem i pesto to danie, które zachwyca harmonią smaków i prostotą wykonania. Kluczem do sukcesu jest odpowiednie połączenie trzech głównych elementów: makaronu, kurczaka oraz sosu pesto. Każdy z tych składników wymaga specyficznego podejścia, aby finalny efekt był doskonały.

Wybór makaronu i techniki przygotowania kurczaka

Idealny makaron do pesto powinien zatrzymywać [sos](#) w swoich zakamarkach. Najlepsze rodzaje to:

- **Fusilli** – spiralny kształt doskonale zatrzymuje gęste sosy
- **Penne** – rurki z nacięciami, do których przywiera pesto
- **Farfalle** – kokardki o zróżnicowanej teksturze, idealne do lżejszych wersji pesto

Pamiętaj o gotowaniu makaronu al dente – lekko twardego, co zapewni odpowiednią strukturę całego dania.

Kurczak w połączeniu z pesto wymaga odpowiedniego przygotowania, aby zachował soczystość. Najskuteczniejsze metody to:

1. **Marynowanie** – nawet 30-minutowa marynata z oliwą, sokiem z cytryny i ziołami znacząco poprawia smak i teksturę mięsa
2. **Smażenie na patelni** – krótkie (4-5 minut z każdej strony) na średnim ogniu zapewnia złocistą skórkę i soczysty środek

3. **Grillowanie** – nadaje charakterystyczny aromat, szczególnie dobrze komponujący się z pesto pomidorowym

Kluczowy trik: pokrój kurczaka w równe kawałki o grubości około 1,5 cm, aby zapewnić równomierne przygotowanie. Zbyt cienkie plastry szybko wyschną, a zbyt grube mogą pozostać surowe w środku.

Pesto bazyliowe vs pomidorowe – charakterystyka i składniki

Oba rodzaje pesto mają swój unikalny charakter i zastosowanie:

Pesto bazyliowe (klasyczne):

- Dominujący smak: intensywnie ziołowy, lekko pikantny
- Kolor: intensywnie zielony
- Najlepsze połączenia: kurczak grillowany, makaron penne
- Niezbędne składniki: świeża bazylia (2 pęczki), oliwa z oliwek (100 ml), parmezan (50 g), orzeszki pinii lub nerkowce (30 g), czosnek (2 ząbki), sól morska

Pesto pomidorowe:

- Dominujący smak: słodkavo-kwaskowaty z nutą umami
- Kolor: intensywnie czerwony
- Najlepsze połączenia: kurczak smażony, makaron fusilli
- Niezbędne składniki: suszone pomidory (150 g), oliwa z oliwek (100 ml), parmezan (40 g), migdały (30 g), czosnek (2 ząbki), bazylia (garść), sól

Aby uzyskać harmonijną całość dania, warto pamiętać o kilku zasadach:

1. **Temperatura łączenia** – makaron powinien być gorący, ale nie wrzący, gdy dodajemy pesto
2. **Kolejność dodawania** – najpierw wymieszaj makaron z pesto, dopiero potem dodaj kurczaka

3. **Konsystencja** – jeśli pesto jest zbyt gęste, dodaj 2-3 łyżki wody z gotowania makaronu
4. **Wykończenie** – przed podaniem skrop danie świeżą oliwą i posyp świeżo startym parmezanem

Dla uzyskania idealnej konsystencji pesto, składniki należy blendować pulsacyjnie, nie na pełnej mocy, aby zachować teksturę.

Autorskie przepisy na makaron z kurczakiem i różnymi rodzajami pesto

Klasyczny makaron z kurczakiem i pesto bazyliowym

Składniki:

- 400 g makaronu tagliatelle lub spaghetti
- 500 g filetu z kurczaka
- 4 łyżki pesto bazyliowego (domowego lub premium)
- 2 ząbki czosnku
- 3 łyżki oliwy z oliwek extra virgin
- 50 g świeżo startego parmezanu
- 30 g orzeszków pinii
- Sól i świeżo mielony pieprz
- Kilka listków świeżej bazylii do dekoracji

Przygotowanie:

1. Pokrój kurczaka w równe paski, dopraw solą i pieprzem.
2. Rozgrzej oliwę na patelni, dodaj posiekany czosnek i smaż przez 30 sekund.
3. Dodaj kurczaka i smaż na średnim ogniu przez 5-7 minut, aż będzie złocisty.
4. W międzyczasie ugotuj makaron al dente według instrukcji na opakowaniu.

5. Odcedź makaron, zachowując 100 ml wody z gotowania.
6. Dodaj makaron do patelni z kurczakiem, wymieszaj z pesto i dodaj odrobinę wody z gotowania, aby uzyskać kremową konsystencję.
7. Podawaj posypane parmezanem, prażonymi orzeszkami pinii i świeżą bazylią.

***Wskazówka kulinarna:** Aby wzbogacić smak, prażone orzeszki pinii dodaj na samym końcu. Zachowają wtedy chrupkość i wyrazisty aromat, który idealnie komponuje się z delikatnym pesto bazyliowym.*

Kremowy makaron z kurczakiem i pesto pomidorowym

Składniki:

- 400 g penne lub fusilli
- 500 g filetu z kurczaka
- 3 łyżki pesto pomidorowego
- 200 ml śmietanki 30%
- 100 g suszonych pomidorów w oliwie
- 50 g czarnych oliwek
- 1 cebula szalotka
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki oliwy z suszonych pomidorów
- 50 g tartego pecorino (lub parmezanu)
- Świeża bazylia
- Sól i pieprz

Przygotowanie kremowego sosu:

1. Pokrój kurczaka w kostkę, dopraw solą i pieprzem.
2. Na patelni rozgrzej oliwę z suszonych pomidorów, zeszklij posiekaną szalotkę i czosnek.
3. Dodaj kurczaka i smaż do zrumienienia (około 6-8 minut).
4. Pokrój suszone pomidory i oliwki, dodaj do kurczaka.
5. Wlej śmietankę, doprowadź do lekkiego wrzenia i gotuj na

małym ogniu przez 2 minuty.

6. Dodaj pesto pomidorowe, dokładnie wymieszaj i gotuj jeszcze 1-2 minuty.
7. Ugotowany al dente makaron połącz z sosem, delikatnie mieszając.
8. Podawaj posypane serem pecorino i świeżą bazylią.

Warianty z sezonowymi warzywami:

- **Wiosna/lato:** dodaj blanszowane szparagi, groszek cukrowy lub cukinię
- **Jesień/zima:** wykorzystaj pieczarki, dynię lub pieczoną paprykę

Sekret jednogarnkowej wersji: Aby przygotować szybki obiad, użyj szerokiego garnka. Podsmaż kurczaka z czosnkiem, dodaj surowy makaron, zalej bulionem (400 ml na 300 g makaronu), gotuj pod przykryciem 8-10 minut, następnie wymieszaj z pesto. Oszczędzasz czas i zmywanie!