



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **25 perc**



Elkészítés: **5 óra**



Répási Eszter



TYÚKHÚSLEVES

A tyúkhúsleves az egyik legnépszerűbb leves Magyarországon, ami nem is csoda, hiszen nagyon finom! Fogyasszuk sok sok zöldséggel, ezzel is teszünk napi rostszükségletünk beviteléért.

HOZZÁVALÓK

1 db egész tyúk
fél fej karalábé
negyed fej zeller
1 db fehérrépa

4 db sárgarépa
5 fej gomba
1 fej vöröshagyma
6 gerezd fokhagyma

2 evőkanál olaj
1 cm friss gyömbér
1 csipet só
(zöldfűzerekkel
helyettesíthető)

1 kis marék szemes
bors
1 csokor petrezselyem
1 csipet sáfrány

ALLERGÉNEK

- 1 A zöldségeket előkészítjük: a hagymán kívül mossunk meg mindent, majd hámozzuk meg a zöldségeket, és vágjuk nagyobb darabokra (kivéve a gombát).
- 2 A húst is mossuk, majd tisztítsuk meg, távolítsuk el a bőrét is!
- 3 A tyúkot egy nagy lábasban kb. 4 liter vízben tegyük fel főzni, ha felforrt vegyük alacsony lángra és így főzzük a továbbiakban.
- 4 Távolítsuk el a habját, majd adjuk hozzá a zöldségeket és a fűszereket is.
- 5 Kis lángon főzzük még kb. 4 órát.
- 6 Ha elkészül szűrjük le és szedjük ki belőle a zöldségeket.
- 7 Kínáljuk forrón, zöldséggel gazdagon egy kevés főtt cérnametéllel.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

