

Feladó: Takács Krisztina <chrissey@drotposta.hu>
Dátum: 1999.10.13. 13:56:52 +1h
Címzett: juhasz.gabor.1@galamb.net
Téma: [sultgalamb] Görög Csirkeleves

Sziasztok Galambászok!

Nem kaptam ma egyetlen receptet sem. Lehet, hogy nem is repül ma ez a dög? Vagy infobanya ment szabadságra?

Mindegy, azért én még próbálkozom. Van egy nagyon jó havilap, a RECEPttár. Biztos ismeritek már, csak 99 Ft, és tök jó dolgok vannak benne. A legfrissebb számban találtam ezt a receptet, remélem tetszeni fog.

Hozzávalók 4 személyre:

fél konyhakész csirke
1 tojás
1 tojássárgája
5 dkg rizs
1 szál sárgarépa
1 fej fokhagyma
1 citrom leve
1 evőkanál margarin
1 babérlevél, só
metélőhagyma
őrölt fehérbors
szemes bors

A megmosott, feldarabolt csirkét, a szeletekre vágott sárgarépát és hagymát a babérlevelet, a felaprított fokhagymát és a szemes borsot nagy lábosba tesszük. Felöntjük 1 liter vízzel és felforraljuk. A keletkező habot leszedjük, megsózzuk és és fedő alatt 1 órát főzzük, amíg a hús megpuhul. A csirkét kivesszük a levesből, hűlni hagyjuk, majd kicsontozzuk, leőrözzük. A húst csíkokra metéljük. A levelst leszűrjük. Forró olajon megpirítjuk a rizst, a húsleveshez adjuk, és 15 percig főzzük, amíg a rizs megpuhul. A felaprított csirkét visszatesszük a levesbe, ízlés szerint megfűszerezzük, és összemelegítjük. Közben a tojást és a tojássárgáját a citromlével kikeverjük. Apránként belekeverünk kevés forró levest, majd a folyadékot folytonos kevergetés mellett a levesbe öntjük. Forralni nem szabad, csak összemelegítjük, különben összeugrik a tojás. A levest tálalás előtt felaprított metélőhagymával hintjük meg. Azonnal tálaljuk, rozskenyeret és reszelt sajtot kínálunk mellé.
1 adag: 1340 kJ (320 kcal)

Megjegyzés: Még nem próbáltam ki ugyan, de szerintem egy kis száraz fehérborral megbolondítva még pikánsabb.