

Курыны булён

Пры дыярэі, сухасці і язвах у роце, цяжкасці з глытаннем;
павялічэнні вагі; нейтрапеніі

Інгрэдыенты:

- 1 л вады
- 400 г курыных крыльцаў
- 1 морква
- 1 цыбуля
- 2 лаўровых лісты
- галінка пятарушкі
- галінка кропу
- соль

Спосаб прыгатавання:

1. Курыныя крылцы і агароднінны булён гатуецца асобна.
2. Форму для запякання змазваем алеем, выкладваем у яе курыныя крылцы, солім. Запякаем у духоўцы пры 180⁰С да гатоўнасці (30-40 хвілін). Аددзяляем мяса крыльцаў ад костак і скуры.
3. Чысцім гародніну ад лупіны, нарэзаем буйным кубікам і кладзем у кіпячую ваду, дадаём зеляніну і спецыі. Варым на маленькім агні 2 гадзіны. Рэгулярна прыбіраем пену. За 5-10 хвілін да канца варэння солім. Звараны булён працэжваем праз друшляк. Наліваем яго ў парцыённую талерку.
4. Кладзем мяса ў цёплы булён перад падачай.

Смачна есці!

Куриный бульон

При диарее; сухости и язвах во рту, тяжести с глотанием;
увеличении веса; нейтропении

Ингредиенты:

- 1 л воды
- 400 г куриных крылышек
- 1 морковь
- 1 лук
- 2 лавровых листа
- веточка петрушки
- веточка укропа
- соль

Способ приготовления:

1. Куриные крылышки и овощной бульон готовятся отдельно.
2. Форму для запекания смазываем растительным маслом, выкладываем куриные крылышки, солим. Запекаем в духовке при 180⁰С до готовности (30-40 минут). Отделяем мясо крылышек от костей и кожи.
3. Овощи чистим, нарезаем крупным кубиком, кладем в кипящую воду, добавляем зелень и специи. Варим на маленьком огне 2 часа. Регулярно убираем пену. За 5-10 минут до конца варки солим. Сваренный бульон процеживаем через дуршлаг, наливаем в порционную тарелку.
4. Кладем мясо в теплый бульон перед подачей.

Приятного аппетита!