

Dietetyczna galaretka na wiosnę



LADY076



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

piers z indyka	50 dag
marchewka	3 sztuki
cebula	1 sztuka
pietruszka	1 sztuka
seler	1/4 sztuki
por	1/4 sztuki
grostek konserwowy	0,5 puszki
Żelatyna wieprzowa Prymat	2 łyżki
sól	do smaku
pieprz	do smaku
natka pietruszki	odrobina

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Umyte i osuszone mięso przekroić na 4 równe części. Obrac cebulę, umyć wraz z selerem i porem. W odrobinie zimnej wody rozpuścić żelatynę. Do garnka wlać półtora litra wody. Włożyć mięso, warzywa i doprawić do smaku. Gotować aż mięso będzie miękkie. Wyjąć mięso i warzywa. Zachować 1 litr wywaru. Do wywaru dodać żelatynę. Podgrzać, nie gotować. Mięso pokroić na kawałki, marchew w plastry. W głębokim naczyniu ułożyć na dnie mięso i zalać żelatyną. Gdy przykryje mięso odstawić do lodówki po ostygnięciu. Na zastygniętym spodzie ułożyć marchew z groszkiem, zalać żelatyną i też schłodzić. Na górze ułożyć pozostałe mięso i znów zalać żelatyną, schłodzić. Udekorować natką pietruszki.