



Hozzávalók:

egy konyhakész, kb. 2 kg-os tyúk, 2 közepes vöröshagyma, 6-8 dkg zsír vagy kb. 6 evőkanál olaj, 1 púpozott evőkanál jóféle pirospaprika, só, 4 nagy burgonya (kb. 1,2 kg), 50 dkg zöldbab (fagyasztott is lehet), 2-3 sárgarépa, 1-2 zöldpaprika és paradicsom, 3 gerezd fokhagyma vagy 1 kiskanál fokhagymakrém, fél kiskanál őrölt fekete bors, 1 evőkanál csemege gulyáskrém (a fele csípős is lehet), 2 kis pohár (2×150 gramm) tejföl, 1 evőkanál finomliszt

1. A tyúkot 12 részre vágjuk. Ehhez először a combjait vágjuk le, amit a forgónál kettécsapunk. Ezután a hátára fektetjük, a mellénél szárnyasollóval szétvágjuk, kihajtjuk, majd a gerincénél kettécsapjuk. Az így kapott fél tyúkokról először levágjuk a szárnyakat, majd a melle részét vágjuk 3-3 részre.
2. A bográcsot közepesen erős tűz fölé állítjuk. A hagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk és az olvasztott zsíron (olajon) megfonnyasztjuk. A tyúkot hozzáadjuk, keverve, a bográcsot rázogatva fehéredésig pirítjuk, majd a pirospaprikával meghintjük. Annyi - kb. 1 liter - vizet öntünk rá, amennyi éppen ellepi. Megsózzuk (indulásnak 1 csapott evőkanálnyit tegyünk bele), lefedjük. A lángot mérsékeljük alatta (feljebb emeljük a bográcsot), és a tyúkot kb. 2 óra alatt puhára főzzük. Közben elfővő levét pótoljuk.
3. A burgonyát 2,5 centis kockákra, a babot ugyanilyen hosszú darabokra, a répát karikákra vágjuk, és mindet a húshoz adjuk. Ha fagyasztott babbal készítjük, akkor azt elég 10-15 perc múlva hozzáadni. Ugyancsak belerakjuk a főszeletelt paprikát és paradicsomot is. A zúzott fokhagymával vagy a fokhagymakrémmel és a borssal fűszerezzük, majd annyi - kb. 2 liter - vizet öntünk rá, hogy az egészet jó ujjnyira ellepje.
4. Valamelyest erősebb tűz fölött (lejjebb engedjük a bográcsot) fölforraljuk, megsózzuk (1 csapott evőkanálnyit biztosan elbír). Azt is megtehetjük, hogy só helyett gulyáskrémmel ízesítjük, és akkor a végén meglátjuk, kell-e még sózni. Lefedjük, a lángot mérsékeljük alatta (feljebb emeljük a bográcsot), és az ételt kb. 25 perc alatt puhára főzzük.
5. A tejfölt a liszttel és egy kevés forró levessel simára keverjük, a tyúkgulyást ezzel

ízesítjük-sűrítjük. Pár percig kevergetve forraljuk, ha kell utánaízesítünk.

Jó tanács

- 10 deka finomlisztből és 1 tojásból készített csipetkét is szaggathatunk bele.
- A gulyás ízet csemege vagy csípős Piros Arannyal is megbolondíthatjuk.
- Tűzhelyen lábasban (fazékban) is ugyanígy főzhetjük.

6 főre

Elkészítési idő: kb. 3 óra

Egy adag: 643 kcal