

## Csirkekocsonya (szárnyaskocsonya)



### Hozzávalók:

1 konyhakész csirke, 4 nagyobb sárgarépa, 3 közepes petrezselyemgyökér, egy-egy kis darabka zellergumó és karalábé, 1-2 ág zellerzöld és petrezselyem, 1 vöröshagyma, 1 mokkáskanál Piros Arany csípős paprikakrém vagy Erős Pista nyers darált csípős paprika, 6-8 szem fekete bors, kb. 1 evőkanál só vagy ételízesítő por, 10 dkg zöldborsó (fagyasztott is lehet), 10 dkg csiperkegomba, 6 dkg zselatinpor

1. A csirkét négy részre vágjuk. Miután bőrét lefejtettük, lábasba tesszük, és 2 liter vízzel felöntve fölforraljuk. Habját szűrőkanállal leszedjük, majd a levet bezöldségeljük, megfűszerezzük, akár a húslevest szokás.
2. Kis lángon jó 1 órán át főzzük, azután tiszta konyharuhán átszűrjük. 2-2,5 decit kimerünk belőle, amiben a zöldborsót meg a fölszeletelt gombát puhára főzzük, majd levét a többi leveshez szűrjük.
3. Körülbelül 1,5 liternek kell lennie. Ha ennél több, a fölösleget tegyük félre. A kimért leves kétharmadát fölforraljuk, a többibe beleszórjuk a zselatint, és 10-15 percig duzzadni hagyjuk. Ezután egy kevés forró levessel simára keverjük, majd a leveshez öntjük, és kis lángon 2-3 percig forraljuk, ezalatt a zselatin teljesen föloldódik benne.
4. Közben többször megkeverjük, nehogy leégjen, majd hagyjuk, hogy langyosra hűljön. Ezalatt a csirkét kicsontozzuk, húsát nagyobb darabokra vágjuk. A sárgarépát, a petrezselyemgyökéret, a karalábét meg a zellert vékony hasábokra metéljük. 8 levesestányérban elosztjuk a húst meg a zöldséget - a gombával és a borsóval együtt -, a zselatinos levest rámerjük, végül dermedni hagyjuk.
5. Úgy is készíthetjük, hogy a zöldségeket meg a húst egy püspökkenyér- vagy őzgerincformába rétegezzük, erre öntjük a levet és így hagyjuk dermedni.
6. Tálaláskor a formát egy pillanatra forró vízbe állítjuk, tartalmát vágódeszkára borítjuk, és forró vízbe mártott késsel kisujjnyi vastagon fölszeleteljük. Ami megmarad, fóliába csomagolva hűtőben tároljuk.

### Jó tanács

- Jó, ha a kocsonyát egy kicsit jobban megfűszerezzük, vagyis sósabb és erősebb legyen, mintha levesként kínálnánk, mert a zselatin tompítja az ízeket.
- Külön a kocsonyalé, külön a csirkehús

## Csirkekocsonya (szárnyaskocsonya)

lefagyasztható, azután csak annyi a teendő, hogy együtt felforraljuk, leszűrjük, és már adagolhatjuk is a tányérokba.

8 főre

Elkészítési idő: 2 óra + dermedezés

Egy adag: 611 kJ/146 kcal • 18,3 g fehérje • 4,1 g zsír • 8,9 g szénhidrát • 3,8 g rost • 45 mg koleszterin

Könnyen elkészíthető, de gyakorlatot igényel.

Letakarva hűtőszekrényben akár 6 napig is eláll.