

Supa de pui cu găluște



Pentru că ador supa cu găluște și pentru că este printre cele mai gustoase mâncăruri, vă voi oferi și această rețetă.

Ingrediente pentru supă:

- 1 pui sau o găină
- 2/3 morcovi
- 2 cepe
- Rădăcină de pătrunjel (tocată mărunt)
- Țelină rădăcină (tocată mărunt)
- Un ardei gras (roșu sau galben) - Opțional
- O legătură de pătrunjel verde (tocat mărunt)
- Sare și piper

Ingrediente pentru găluște:

- 2 ouă
- Griș
- O linguriță de ulei
- Sare, si foarte puțin piper

Mod de preparare:

- **Vom începe cu pregătirea găluștelor. La început se bat bine albușurile, adăugându-se treptat gălbenușurile, uleiul și grișul până când compoziția găluștelor se dezlipește ușor de castronul în care sunt pregătite;**
- **Se spală bine puiul și îl tăiem bucăți pentru a fierbe cu ușurință și a se așeza mai bine în oală. Dacă nu aveți un pui întreg, puteți folosi pulpele și pieptul de pui sau găină. Puneți carnea la fiert în 5 -6 litri de apă rece. De fapt această cantitate o veți estima singure. Depinde de câtă supă doriți să preparați. Eu vă recomand să puneți carnea în apă rece, pentru a scoate mai multă spună în care sunt de fapt toxinele din carne;**
- **După ce ați curățat bine supa de spumă (chiar puteți arunca prima zeamă, însă veți pierde din grăsime), lăsați carnea să fiarbă la foc mic timp de 45 minute sau o oră. Dacă aveți o găină de curte, aceasta fierbe mai greu;**
- **Când carnea este aproape fiartă, o scoatem din oală să se răcească puțin. După ce s-a răcit, începeți să curățați carnea de pe oase pentru a o tăia mărunt. Fiul meu nu mănâncă pielea sau cartilagiile de la pui, așa că trebuie să le scot total din supă;**
- **În zeama de pui se adaugă legumele spălate și tăiate în bucăți mari (dacă doriți să le scoateți după fierbere). Mie imi place supa mai consistentă, așa că tai legumele mărunt (morcovul tăiat rondele sau cubulețe mici, rădăcina de pătrunjel și țelina) și le las în oală. Restul (ceapa întreagă) le scot după fierbere;**
- **În timpul cât fierb legumele se daugă și puțină sare;**
- **După ce au fiert legumele, ați strecurat supa (optional – eu nu o strecur) și ați pus-o din nou la fiert la foc mic, cu o linguriță formați găluștele în supă. Înmuiați lingurița în supă până se înfierbântă (câteva secunde) apoi luați aluat cu ea și scufundați-o în supă să se desprindă**

gălușca. Repetați până se termină aluatul făcut. Se pune capacul și se lasă pe foc mic încă 10 minute;

- **Dacă prima gălușcă de împrăstie, înseamnă că ați pus prea puțin griș. Deci, mai adăugați puțin;**
- **Când toate sunt fierte, opriți focul, adăugați restul de sare, piperul și pătrunjelul verde. Puneți capacul și lăsați supa să se odihnească zece minute. Acum este timpul să o savurați cu plăcere.**

Poftă Bună!