




Rosół kolagenowy

 Barbara Strużyna

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 90 min

 1 porcja

Składniki:

mięso drobiowe lub wołowe z kością - skrzydełka, porcje rosółowe, najlepiej kurze łapki - 1 kg

włoszczyzna: -

marchew - 2 - 3 szt.

pietruska - 1 szt.

seler - 1/4 szt.

kapusta biała (opcjonalnie) - - kawałek

nać pietruszki - łodygi - 1 pęk

nać z selera (opcjonalnie) - - kilka listków

cebula - 1 szt.

przyprawy: -

liść laurowy - 3 szt.

ziele angielskie - 3 szt.

sól - 1 łyżka

pieprz ziarnisty - - kilka

kurkuma kłącze - 2 cm

imbir kłącze - 2 cm

czosnek - 3 ząbek

zamiast makaronu: -

listki natki pietruszki - - garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso wkładamy do garnka, zalewamy wodą (tak 10 - 20 cm ponad mięso), doprowadzamy do wrzenia, ściągamy łyżką cedzakową powstałą pianę. Dorzucamy przyprawy: ziele angielskie, liść laurowy i gotujemy co najmniej 1 godzinę. Następnie dodajmy włoszczyznę i gotujemy ok. 30 minut. Solimy do smaku.

KROK 2: Do talerza układamy marchew, pietruszkę i ewentualnie selera pokrojonego w kostkę, możemy też dołożyć porcję mięsa. Obsypujemy obficie natką pietruszki.

Smacznego!