

طريقة عمل حساء الديتوكس



جرّبي معنا اليوم طريقة عمل حساء الديتوكس من الأكلات الغربية السهلة اللذيذة. تعرفي أيضاً معنا على طريقة عمل يخنة الدجاج المكسيكي.

مقادير طريقة عمل حساء الديتوكس :

2 صدور دجاج بالعظام، خالية من الجلد (حوالي ½ باوند) 3 سيقان عشب الليمون، مسحوقة 1 قطعة زنجبيل (4 بوصة) طازجة، مقشرة ومقطعة إلى شرائح 1 جزرة، مقطعة إلى قطع كبيرة 1 ساق كرفس، مقطعة إلى قطع كبيرة 1 كراث أندلسي، مقشرة ومقطعة أنصاف 1 ورقة غار ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود 1 فلفل حار تايلاندي مجفف ملح كوشيرا 1 عبوة (5-أوقية) أوراق سبانخ صغيرة، مفرومة فرم خشن

طريقة عمل حساء الديتوكس :

- 1.أضيفي الدجاج، عشب الليمون، الزنجبيل، الجزر، الكرفس، الكراث، ورق الغار، الفلفل الأسود، الفلفل التايلاندي الحار وملعقة صغيرة من الملح إلى مقلاة فرن كبيرة أو قدر حساء. أضيفي 6 أكواب ماء بارد للمقلاة ثم ضعها على نار متوسطة.
- 2.سخني الحساء وأزيلي أي بقايا صغيرة تطفو على السطح، خففي النار إلى درجة منخفضة.
- 3.غطي القدر واستمري في الطهي لمدة 45 دقيقة أو حتى ينضج الدجاج. أطفئي النار واتركي الحساء

ليبرد لمدة 30 دقيقة.

4. أخرجي الدجاج من الحساء وقطعيه شرائح، وتخلصي من العظام والجلد. صفي الحساء، وتخلصي من المواد الصلبة، ثم أعيدي السائل إلى القدر – المقلاة.
5. أضيفي الدجاج إلى الحساء، بالإضافة إلى السبانخ، ثم سخني الحساء على نار متوسطة – عالية.
6. قدميه على الفور.