

Ciorba din oase de porc

[shashin type="photo" id="13601" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

E inceput de saptamana, e intunecat si frig (de cand scriu la postul asta s-a inseninat :P) asa ca va imbii cu un bol de ciorba de porc, fierbinte si aromata, o ciorbita din oase de porc, gustoasa tare!!!

Se face usor si cu ingrediente putine, si ieftine, ceea ce nu e deloc rau, nu?! Va urez sa aveti pofta!!! Desert primiti maine ☺

Ingrediente:

- 5-6 oase de porc (cu ceva carnita pe ele :D)
- 4 litri apa
- 1 ceapa mare
- 2-3 morcovi
- 1 radacina patrunjel
- 1 pastarnac mic (optional)
- 1/2 de telina
- 4-5 cartofi potriviți sau o cescuta de orez
- sare, piper
- 1 legatura de marar
- zeama de la o lamaie, bors sau o cana zeama de varza (optional)
- smantana acra sau iaurt

Mod de preparare:

Se spala foarte bine oasele de porc (in mai multe ape). Se pun la fiert in apa rece, la foc mic, impreuna cu o lingurita de sare. Se spumeaza ori de cate ori e nevoie si se lasa sa fiarba la foc domol, cu capac, timp de aproximativ o ora.

Supa se strecoara iar carnea se ia de pe oase. Se pune din nou supa la fiert impreuna cu bucatile de carne. Zarzavaturile se curata, se spala si se dau prin razatoare sau se toaca marunt. Eu mi-am pus robotul in functiune ☐

Legumele tocate se calesc in doua, trei linguri de ulei, dupa care se adauga la supa. Se lasa sa dea in clocot si se adauga cartofii taiati cubulete sau orezul spalat. Se sareaza si pipereaza dupa gust si se lasa in continuare la fiert (cu capac). Cand zarzavatul si cartofii sint fierte se adauga zeama de varza (fiarta separat si spumuita) sau bors ori zeama de lamaie. Dupa cateva clocote, ciorba e gata!

Se serveste cu marar verde tocat marunt sau tarhon (nu mult, pentru ca are o aroma puternica) si smantana sau iaurt.

Nu am pozat ciorba in felul asta, desi de obicei o „dreg” cu smantana si galbenus (imi place orice „a la grec” :P), deoarece nu voiam sa stric culoarea frumoasa a ciorbitei ☐

[shashin type="photo" id="13600,13599" size="medium" columns="max" order="user" position="center"]

Va intrebati daca a fost gustoasa?! ...va spun eu: A fost!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! ☐

Sfat: Daca vreti ca ciorba sa fie mai dietetica, nu mai caliti zarzavatul in ulei ci adaugati-l la fiert impreuna cu carnea de pe oase.