

צירקה פפריקש - מרק עוף הונגרי



רכיבים

- בצל
- פלפל אדום
- כרעיים של עוף
- שקית 'מנק עגבניוח 100% רכיבים טבעיים 400 גר
- כפית מלח
- 1/2 2/1 כפית פלפל שחור
- כפית פפריקה אדומה מתוקה
- לפי הטעם פפריקה אדומה מתוקה

הכנה

1. בסיר גדול מטגנים במעט שמן קנולה את הבצלים עד שישחימו למחצה. מוסיפים את רצועות הפלפלים וממשיכים לטגן.
2. מוסיפים את העוף, מטגנים מעט ומוסיפים תבלינים ומים לכיסוי בלבד, מביאים לרתיחה.
3. מנמיכים להבה ומבשלים כ-60 דקות על אש קטנה. טועמים ומתקנים תיבול אם צריך. מבשלים עד מידת העשייה הרצויה. ניתן להמיר את הפפריקה במשחת פפריקה חריפה הונגרית. לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.

80 דקות

6 servings 6