

Recept na čínskou posilující polévku

Objednat si u řezníka celou hovězí oháňku (nechat si ji nasekat na menší části)

Dát vařit do hrnce a nechat 5 minut vařit. Potom vše vylít, maso opláchnout a hrnec umýt.

Potom se dá znovu vařit v čisté vodě a to na dobu 30 hodin na co nejmenším plameni.

Pár hodin před koncem se přidá mrkev, celer, petržel, česnek, cibule, kuličky pepře a plátek čerstvého kořene zázvoru asůl.

Po ukončení 30 hodin se polévka scedí, nechá vychladnout, potom se dá do ledničky a nechá se tam do druhého dne. Další den se z povrchu polévky odstraní ztuhlý tuk a ten se vyhodí. Zůstává kvalitní sulc - kolagen.

Postupně odebíráme sulc a přidáváme ho do zeleninových a jiných polévek, nebo ho odebereme, rozpustíme, povaříme v tom nudle a máme velmi silnou a posilující polévku.

Vaří se to asi v pětilitrovém nebo šestilitrovém hrnci. Vydrží to v ledničce i týden. Je možné také vývar dát do krabiček do mrazáku a postupně odebírat.