Куриная ветчина

На 100 грамм:
Калорийность: **190.42 ккал.**
Белки: **16.59 г.**
Жиры: **12.48 г.**
Углеводы: **2.72 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/kurinaya-vetchina/

Ингредиенты:
- куриная тушка 1кг
- чеснок в порошке
- петрушка
- желатин в пакетике 25 гр
- укроп сушеный или свежий
- соль по вкусу
- паприка молотая
- смесь из перцев молотых по вкусу

Приготовление:
Берем тушку курицы и аккуратно отделяем кости от мяса, также убираем кожу, она нам не понадобится.
После того, как все мясо отделили, нужно порезать его на небольшие кусочки.
Солим его, перчим, добавляем специи и желатин порошковый.
Берем заранее заготовленную пустую коробку-тетрапак из под молока, объемом 1 литр и срезаем у нее верхушку.
В коробку кладем порезанное филе курицы.
После чего, заполненную коробку следует поместить в глубокую кастрюлю или скороварку, поставить ее строго вертикально.
Заполняете холодной водой до уровня края коробки, немного жидкость должна прикрывать тетрапак, и ставите на средний огонь.
Таким образом, провариваете пакет с курятиной около 1,5-2 часов.
Важно постоянно следить на курицей, так как вода в процессе всего времени варки должна слегка прикрывать курицу.
По приготовлению, пакет следует аккуратно вытащить, остудить и убрать в холодильник на

несколько часов.
Приготовленную ветчину достать весьма просто нужно лишь разрезать пакет и вытащить ее.
Такое блюдо лучше всего готовить вечером, чтобы на ночь оставить ветчину застывать в холодильнике.