

Заливное из языка



На 100 грамм:
Калорийность: **128 ккал.**
Белки: **8,2 г.**
Жиры: **5,2 г.**
Углеводы: **10,5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zalivnoe-iz-yazyka/>

Ингредиенты:

- 1 говяжий язык весом около 700-800 г
- 1 лавровый лист
- 10 горошин черного перца
- 1 стебель сельдерея
- 600 мл овощного бульона
- 1 ст.л. желатина
- зелень петрушки или укропа 30 г
- соль и молотый перец по вкусу
- хрен или зернистая горчица для подачи

Приготовление:

Язык хорошо промыть, положить в кастрюлю, добавить лавровый лист, черный перец, соль и крупно нарезанный сельдерей.

Залить водой, поставить на огонь и довести до кипения.

Уменьшить огонь и варить под крышкой до готовности, около 1,5 часов.

У готового языка кончик легко протыкается ножом.

Вынуть язык из кастрюли и обдать холодной водой.

Пока язык горячий, снять с него кожу.

Оставить остывать.

Желатин залить 4 ст.л. холодного бульона или воды.

Отставить в сторону и дать разбухнуть в течение примерно 5 минут.

Влить в ковшик бульон и довести его до кипения.

Снять с огня и влить в миску с разбухшим желатином.

Хорошо размешать до растворения.

Язык нарезать ломтиками.

Выложить в порционные формочки, перемежая листьями петрушки.
Влить в формочки бульон с желатином и поставить в холодильник для застывания, примерно на 2 часа.
Перед подачей вынуть заливное из формочек и подать с хреном или горчицей.