



## Холодец из говядины



<b>На 3350 г</b>	Калории 1949	Белки 228.4	Жиры 101.8	Углеводы 30.8
<b>На 100 г</b>	Калории 58.2	Белки 6.8	Жиры 3.0	Углеводы 0.9

### Ингредиенты

Говядина хвост с/м - 700 граммов  
Говядина брюшина (покромка) с/м - 400 граммов  
Лук репчатый - 100 граммов  
Морковь - 180 граммов  
Желатин для холодца с приправами, 40г - 40 граммов  
Вода - 2500 граммов  
Чеснок - 10 граммов

Процент потерь по массе: -235 %

### Описание

Все мясо тщательно вымыть, крупные куски разрезать, если кости очень большие, их лучше разрубить. Залить 2,5 литрами холодной воды и поставить варить. Когда вода закипит, тщательно снять с бульона всю пену, затем уменьшить огонь. При варке холодца важно не допустить сильного кипения бульона, чтобы он не стал мутным. Луковицу и морковь очистить, положить их в бульон и варить все вместе на небольшом огне под крышкой 5 часов. Мясо должно очень хорошо свариться и отделяться от костей. Добавить соль, перец и варить холодец из говядины и свинины еще 1 час. Затем вынуть мясо из бульона, немного остудить. Теперь необходимо разобрать холодец. Говядину отделить от костей, прожилок и пленок и нарезать на произвольные кусочки, мельче или крупнее, как вам нравится. Чеснок очистить и пропустить через пресс. В формы выложить мясо, добавить измельченный чеснок. Залить мясо хорошо процеженным бульоном, остудить и убрать в холодильник для застывания (на сутки). Подавать украсив зеленью.

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2022 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)