

Oppskrifter 12.11.2011 – Klubbmøte hos Jan Øve

Chicken cháo, vietnamesisk kyllingsuppe

Kyllingkraft

600 g kyllingbein
5 g ingefær, stekt og knust
1 sjalottløk, stekt og knust
40 g salt
3 liter vann

Suppe

100 g vanlig ris
50 g klebrig ris, f.eks. risottoris
400 g kyllinglår
1 sjalottløk
20 g vårløk
kyllingkraften vi har laget
1 knust ingefærrot (ikke for stor)
koriander
fish sauce
salt
pepper

Først lager vi kraften. Rensk bein, bryt opp eventuelle lårbein, og plasser i en gryte med 3 liter vann. Kok opp, skum av bobler, og tilsett stekt knust ingefær og sjalottløk. Reduser varmen til det såvidt koker. Etter 90 minutter bør fettstige til overflaten, og vannet bør være klart og redusert ned til ca. 2,5 liter. Tilsett salt, sil av og fjern bein.

Bland ristypene, vask og la renne av.

Legg kyllingen i en gryte, tilsett kraft, knust sjalottløk og ingefær, og litt salt. Kok opp og skum av bobler på overflaten. Reduser varmen og la det småkoke i 15 minutter. Når fettstiger til overflaten, fjern kyllingen. Fjern ben og skjær kjøttet i 2 cm x 4 cm biter.

Skyl vårløk og koriander, og fordel likt i 4 store skåler.

Kok opp kyllingkraften, legg i vasket ris, så et nytt oppkok før du reduserer varmen og lar det småkoke.

Etter 30-35 minutter bør risen ha svulmet opp og suppen blir tyktflytende og klar, noe som indikerer at cháo er gjennomkakt. Ha i kyllingen, og juster smaken med salt og fish sauce.

Drikke

Eplemost, Gravenstein fra Telemark