

# Rizses csirke casserole

Mi is az a "casserole" (ejtsd: kaszrol)? Egyszerűen csak egytálétel. Francia eredetű szó, vasedényt jelent és eredetileg az étel sütőben készült. Manapság ezt a kifejezést már szélesebb körben használják az ételekre. Nem feltétlenül szükséges, hogy az étel vaslábasban készüljön, lehet kerámiatál is. Az étel elkészítése történhet főzőlapon vagy sütőben is. Ez az étel egy modern változat, ami főzőlapon készül.

| ADAG     | Előkészítés | Sütés   |
|----------|-------------|---------|
| 4-6 adag | 20 perc     | 35 perc |

## HOZZÁVALÓK:

- 40 ml vörösborecet
- 300 ml alaplé
- 200 g tejföl
- 100 ml tejszín
- 2 teáskanál rozmaring
- Só
- Frissen őrölt bors

## TÁLALÁSHOZ:

- Apróra vágott petrezselyem

## ELKÉSZÍTÉS:

1. Egy nagyobb kancsóban a szószhoz keverjük össze a következőket: vörösborecet, alaplé, tejföl, tejszín, rozmaring, só, bors.
2. A vöröshagymát és a fokhagymát apró kockákra vágjuk fel.
3. Melegítsük fel a serpenyőt és olajon pároljuk meg a vöröshagymát.
4. Adjuk hozzá a fokhagymát.
5. Tegyük hozzá a felkockázott csirke darabokat és fehéredésig pároljuk.
6. Szórjuk bele a rizst.
7. Öntsük rá a szószt és keverjük össze az egészet.
8. Közepes fokozaton (5-ös fokozat), fedő alatt főzzük meg. A végén egy evőkanál mézet keverjünk bele.
9. Tálaláskor friss petrezselyemmel szórjuk meg.

**Tipp:**

- A vörösborecet helyett használhatunk citromlevet is. Az arány nem változik.
- Vegetáriánus változatban is elkészíthető. A hús helyett tegyük bele zöldséget pl. brokkolit, gombát, sárgarépát. Ez a mennyiség 300 g zöldséget jelent.

Videó: <https://www.youtube.com/watch?v=Sf4okWihIhA>