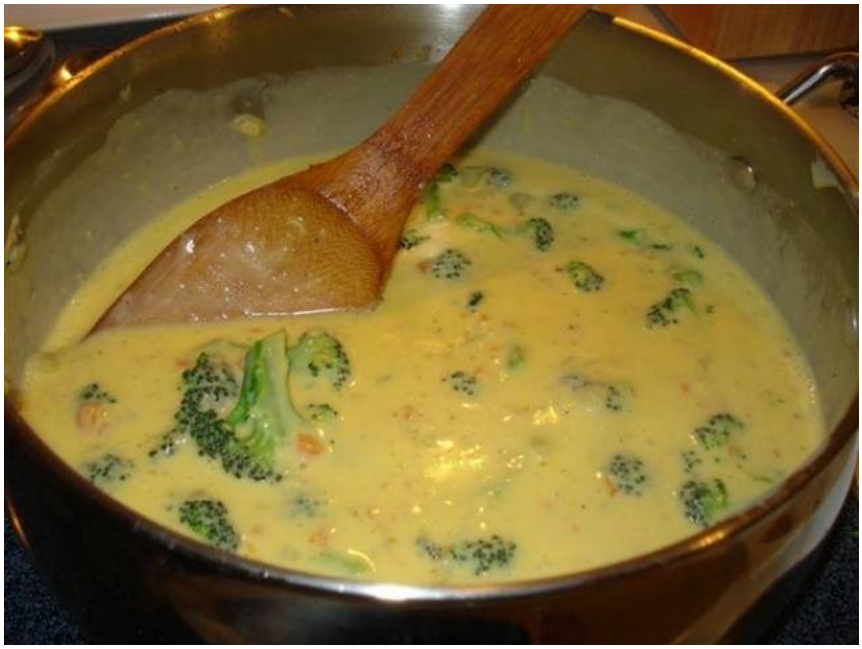
Диетический сырный супчик



На 100 грамм:
Калорийность: **44,24 ккал.**
Белки: **2,99 г.**
Жиры: **2,92 г.**
Углеводы: **1,51 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/dieticheskij-syrnyj-supchik/

Ингредиенты:
- смесь замороженных или свежих овощей 200 гр
- 1л. воды
- сыр российский или плавленный 100 гр
- 1-2 вареных яйца
- зелень

Приготовление:
В кипящую воду засыпать овощную смесь. Сыр натереть на терке и добавить к овощам постоянно помешивая до полного растворения. Добавить вареное яйцо порезанное кубиками. Добавить зелень, соль и перец по вкусу.