Гороховый суп

На 100 грамм:
Калорийность: **94,06 ккал.**
Белки: **15,88 г.**
Жиры: **0,82 г.**
Углеводы: **5,09 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/gorohovyj-sup/

Ингредиенты:
- куриное филе (без костей) 700 гр
- зеленый горошек 300 гр
- морковь 100 гр
- чеснок 30 гр
- соль, перец по вкусу

Приготовление:
Вымыть куриное филе, залить водой (2 литра), довести до кипения, немного посолить и готовить на среднем огне 7 минут. Затем вынуть мясо и дать ему остыть. Добавить в бульон горошек и готовить еще 10 минут. Морковь натереть на средней терке и так же закинуть в бульон, где находится горошек. Куриное феле порезать на мелкие кубики. Положить все это в суп и готовить еще 5 минут.
Очистите и тщательно измельчите чеснок, добавьте его в уже готовый суп!