

Низкокалорийный «сырный суп»



На 100 грамм:
Калорийность: **42.99 ккал.**
Белки: **3.06 г.**
Жиры: **2.83 г.**
Углеводы: **1.29 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/nizkokalorijnyj-syrnyj-sup/>

Ингредиенты:

- смесь замороженных или свежих овощей 200 гр
- 1 л. воды
- сыр российский 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 и зелень.