

Норвежский суп



На 100 грамм:
Калорийность: **109,93 ккал.**
Белки: **14,18 г.**
Жиры: **3,54 г.**
Углеводы: **5,84 г.**

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

Ингредиенты:

- семга 500 грамм
- ассорти морепродуктов по вкусу (мидии, гребешки и креветки)
- морковь 1 штука
- лук репчатый 1 штука
- перец сладкий 1 штука
- картофель 2 штуки
- плавленый сырок 3 штуки

Приготовление:

Подготовьте все необходимые ингредиенты. Овощи промойте и очистите.

Из семги варим бульон. С помощью сита процеживаем бульон.

Плавленый сыр натрите на терке. Добавьте в кипящий бульон.

Лук мелко нарежьте и обжарьте до золотистого цвета.

Добавьте натертую на терке морковь, обжарьте вместе с луком.

Лук и морковь отправляем в суп. Также закладываем порезанный картофель. Тем временем, обжарьте на сковороде морепродукты, добавив приправы по вкусу. Обжаренные морепродукты закладываем в бульон.

За 10 минут до окончания приготовления, добавляем в суп мелко порезанный перец и зелень + специи, соль по вкусу.