

## Печенка в сырном соусе



На 100 грамм:  
Калорийность: **161,46 ккал.**  
Белки: **15,21 г.**  
Жиры: **7,08 г.**  
Углеводы: **9,85 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pechenka-v-syrnom-souse/>

### Ингредиенты:

- куриная печенка 500 г
- луковица 1 шт
- плавленый сыр в банке 400 г
- соль по вкусу
- перец по вкусу
- лавровый лист
- кипяченая вода стакана

### Приготовление:

Режем лук полукольцами и крупными кубиками. Обжариваем его на оливковом масле до золотистого цвета.

Заранее порезанную печенку на кусочки (размеры кусочков выбирайте сами) добавляем в сковородку. Жарим минут 5. Я режу на мелкие кусочки для дочери. Со свиной печенкой тоже вкусно получалось, этот сырный соус скрадывал вкус печенки.

Добавляем весь плавленый сыр к печенке и луку. Даем разойтись до жидкого состояния, постоянно помешивая ложкой. Добавляем воду. Сыр можете брать любой, от него завит оттенок вкуса блюда.

Солим и перчим по вкусу, добавляем лавровый лист. Даем потушиться блюду 15 минут на медленном огне. Подавать с картофельным пюре и луком