

# Проверенный способ приготовления вкусных отварных креветок



На 100 грамм:  
Калорийность: **78.53 ккал.**  
Белки: **13.78 г.**  
Жиры: **1.63 г.**  
Углеводы: **2.25 г.**

Время приготовления: **10 минут**

Количество порций: **2**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/proverennyj-sposob-prigotovleniya-vkusnyh-otvarnyh-krevetok/>

## Ингредиенты:

- креветки - 500 г
- лук - 1 шт
- лимон (сок) - 1 шт
- соль
- перец
- лавровый лист - 2-3 шт

## Приготовление:

В большой кастрюле вскипятите воду с нарезанным крупно луком. Выдавите лимон, забросьте лимонные дольки, хорошенько посолите. Забросьте пару горошин перца и лавровые листья. После того как все закипело, подержите на медленном огне мин 5.

Выключите огонь, забросьте креветки и, помешивая, держите в воде. Если используете большого размера креветки, то поставьте на маленький огонь, но не доводите до кипения. Маленькие креветки держите 1-1.5 минуты. Проверьте на готовность.

Когда креветки готовы, немедленно перебросьте их в миску с ледяной водой на пару секунд, чтобы прекратить процесс готовки. Слейте воду.

Подавайте с любимым соусом и соком свежесжатого лимона.