

Суп-детокс



На 100 грамм:
Калорийность: **28.91 ккал.**
Белки: **1.59 г.**
Жиры: **0.1 г.**
Углеводы: **5.48 г.**

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

Ешьте по тарелки этого супа за 10 минут до каждого приема пищи в течение дня.

Ингредиенты:

- 1 сладкий перец
- кочана капусты
- 4-5 черешка сельдерея
- 3-4 небольшие морковки
- 3 шт. репчатого лука
- 4 помидора
- 1 зубчик чеснока
- пучок петрушки

Приготовление:

Нарежьте овощи и зелень. Вскипятите в кастрюле 1,5 л воды, положите туда все ингредиенты и варите на маленьком огне под крышкой 40 минут.