

# Суп с лапшой и фрикадельками



На 100 грамм:  
Калорийность: **78,5 ккал.**  
Белки: **5,67 г.**  
Жиры: **1,98 г.**  
Углеводы: **9,29 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/sup-s-lapshoj-i-frikadelkami/>

## Ингредиенты:

- куриный бульон – 3 стакана
- стебель сельдерея
- куриный фарш – 200 г
- чеснок – 2 зубчика
- соевый соус – 2 чайных ложки
- белый перец и соль – по вкусу
- сухая рисовая лапша – 100 г
- перьевой лук

## Приготовление:

Отварите лапшу и выложите ее в 2 глубоких тарелки. Бульон доведите до кипения. Выдавите чеснок и смешайте с фаршем, перцем, солью, соевый соусом. Слепите небольшие фрикадельки и забросьте их в кипящий бульон. Поварите пару минут, а затем разлейте по тарелкам с лапшой. Сверху присыпьте луком и подавайте.