

Сырный суп на грибном бульоне



На 100 грамм:
Калорийность: **156,05 ккал.**
Белки: **10,6 г.**
Жиры: **4,72 г.**
Углеводы: **18,07 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/syrnyj-sup-na-gribnom-bulone/>

Ингредиенты:

- грибы сушеные — 100 г
- морковь — 1 шт
- лук репчатый — 1 шт
- сыр плавленый — 150 г
- укроп, петрушка — по вкусу
- чеснок — 2 зубчика
- соль — по вкусу
- перец — по вкусу

Приготовление:

Сушеные грибы промыть, замочить на несколько часов. Подготовленные грибы залить свежей водой и варить 30 минут. Вместе грибами по желанию можно положить в кастрюлю половинку луковицы и морковь.

Пока варится бульон, мелко порезать вторую половинку луковицы, натереть на крупной терке морковь. Слегка спассеровать морковь с луком на растительном масле.

Готовый бульон процедить, убрать лук и морковь. Грибы мелко порезать.

В бульон положить грибы, чуть позже — пассерованные лук и морковь.

В конце варки положить по вкусу мелко порезанные укроп и петрушку, добавить плавленый сыр, помешивая до полного растворения. Дать покипеть 5 минут.

Выключить плиту, добавить пару долек раздавленного чеснока для аромата и дать настояться.