

Сырный супчик с гренками из отрубей



На 100 грамм:
Калорийность: **39 ккал.**
Белки: **3,4 г.**
Жиры: **2 г.**
Углеводы: **1,6 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/syrnyj-supchik-s-grenkami-iz-otrubej/>

Ингредиенты:

- смесь замороженных или свежих овощей 200 гр
- 1л. воды
- сыр нежирный полар или холлендер или плавленый 100 гр
- 2 вареных яйца
- зелень

Приготовление:

В кипящую воду засыпать овощную смесь. Сыр натереть на терке и добавить к овощам постоянно помешивая до полного растворения. Добавить вареное яйцо порезанное кубиками. Добавить зелень, соль и перец по вкусу. Варить до готовности.