Томатный суп с рыбой

На 100 грамм:
Калорийность: **78,55 ккал.**
Белки: **3,85 г.**
Жиры: **4,03 г.**
Углеводы: **6,58 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/tomatnyj-sup-s-ryboj/

Ингредиенты:
- лук репчатый - 100 г
- чеснок - 1 долька
- имбирь свежий натертый- 40 г
- перец чили - 0.5 шт
- паприка молотая - 2 ч.л
- оливковое масло - 20 мл
- филе белой рыбы - 100 г
- помидоры красные - 120 г
- овощной бульон - 150 мл
- соль - 1 ч.л
- сахар (песок) - 10 г

Приготовление:
Мелко шинкуем лук, перец и чеснок, добавляем имбирь и поджариваем с паприкой на сковороде с растительным маслом.
Очищаем рыбу и помидор от шкурки, нарезаем кубиками. Для украшения оставить пару кусочков рыбы со шкуркой, перчим, солим и обжариваем.
Помидор добавляем к жарящимся овощам.
Вливаем любой бульон (можно воду), солим, кидаем щепотку сахара, по.
Желанию можно добавить молотый чили. Добавляем рыбу и жарим еще минут 5.
Наш суп готов! Добавляем к нему кусочки отдельно пожаренной со шкуркой рыбы, посыпаем зеленым луком и подаем.