Вкуснейшая уха из семги

На 100 грамм:
Калорийность: **54,09 ккал.**
Белки: **3,4 г.**
Жиры: **3,12 г.**
Углеводы: **3,13 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/vkusnejshaya-uha-iz-semgi/

Ингредиенты:
- семга - 350 гр
- картофель - 350 гр
- помидор - 1 шт
- лук - 1 шт
- морковь - 1 шт
- сливки 10 % - 500 мл
- оливковое масло - 20 гр
- вода - 1.5 л

Приготовление:
Порезанный лук, натертую морковь и нарезанный помидор обжариваем на масле. Наполняем кастрюлю водой и ставим на огонь. Картофель режем кубиками и добавляем в воду. Далее варим на медленном огне в течении 10 минут. Нарезаем на средние кусочки семгу и закидываем так же в кастрюлю. Продолжаем варить еще 5 минут. К картофелю и семге добавляем обжарку и соль. Далее заливаем сливки и варим на медленном огне еще 15 минут.