

Яичный суп



На 100 грамм:
Калорийность: **33,82 ккал.**
Белки: **2,99 г.**
Жиры: **1,46 г.**
Углеводы: **1,84 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yaichnyj-sup/>

Ингредиенты:

- бульон куриный 2 л
- яйца 4 шт
- зеленый лук небольшой пучок
- соус соевый 2 ст.л
- крахмал 1 ст.л

Приготовление:

В кастрюлю вылить бульон, добавить соус и мелко нарезанный лук. Вскипятить. Крахмал растворить в двух столовых ложках холодной воды и добавить к бульону, постоянно помешивая. (Если Вы не любите густой суп, добавлять крахмал не следует.) Яйца взбить при помощи венчика и медленно влить в кипящую массу. Готовить еще 1 минуту, после чего снять с огня и разлить по тарелкам. По желанию можно добавить морковь