

Картофельный суп-пюре с сыром



На 100 грамм:
Калорийность: **25.49 ккал.**
Белки: **0.68 г.**
Жиры: **1.39 г.**
Углеводы: **2.58 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kartofelnyj-sup-pyure-s-syrom/>

Ингредиенты:

- картофель - 500 г
- вода - 2.5-3 л
- сливочный сыр (плавленный) - 150 г
- сливки (20%-ной жирности) - 200 мл
- соль - по вкусу

Приготовление:

Картофель очистить, залить водой, довести до кипения, приправить солью и готовить до мягкости картофеля.

Шумовкой выловить картофель, дать ему немного остыть, после чего измельчить в блендере, добавив немного картофельного отвара.

Перелить получившуюся массу обратно в кастрюлю с картофельным отваром. Довести суп до кипения и уменьшить огонь.

Добавить в суп сыр. Помешивать, пока сыр полностью не расплавится.

Влить в суп сливки, прогреть (не кипятить!), после чего горячий суп можно разлить по тарелкам. Украсить зеленью и подавать с мягкой лепешкой.

Примечание: В суп, вместе с измельченным картофелем, можно добавить пюрированную консервированную кукурузу. Но это, если вы любите кукурузу в любом виде, т.к. ее вкус в картофельном супе будет очень заметен.