

Рисовый суп с курочкой



На 100 грамм:
Калорийность: **136.24 ккал.**
Белки: **12.33 г.**
Жиры: **2.54 г.**
Углеводы: **15.88 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/risovyj-sup-s-kurochkoj/>

Ингредиенты:

- рис 5 столовых ложек
- филе куриное 400 г
- картофель 2 штуки
- морковь 1 штука
- лук репчатый 1 штука
- сырок плавленый 2 штуки
- зелень по вкусу
- чеснок 2 зубчика

Приготовление:

Залейте курицу водой, варите полчаса после закипания, нарежьте курицу ломтиками, добавьте рис, через некоторое время — кружочки моркови, ломтики картофеля, нашинкованный лук.

Положите в суп курицу, варите до готовности картофеля, незадолго до готовности добавьте плавленый сыр, перемешайте, добавьте соль, чеснок и зелень.