

# Суп-пюре из кабачков с плавленым сыром



На 100 грамм:  
Калорийность: **40.65 ккал.**  
Белки: **1.72 г.**  
Жиры: **0.82 г.**  
Углеводы: **6.87 г.**

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

## Ингредиенты:

- кабачки 1 штука
- лук репчатый 2 штуки
- чеснок 2 зубчика
- овощной бульон 1 л
- сырок плавленый 1 штука
- сухари панировочные 3 столовые ложки

## Приготовление:

Нарежьте лук, чеснок и очищенный от семян и кожуры кабачок.

Положите в кастрюлю и залейте водой.

Когда суп закипит, добавьте нарезанный кубиками плавленый сырок и сухарики.

Уменьшите огонь и варите, пока сырок не расплавится.

Перелейте суп в блендер и измельчите в пюре.