



Быстрый крем-суп с яйцом и фрикадельками



Ингредиенты

◦ Тонкая фасоль резаная	1 упаковка (400г)
◦ Нежный зеленый горошек	1 упаковка (400г)
◦ Перец	по вкусу
◦ Молоко	50 мл
◦ Хлеб белый	3 кусочка
◦ Фарш мясной	350 г
◦ Сыр пармезан	100 г
◦ Яйцо куриное	2 шт.
◦ Бульон мясной	600 мл
◦ Шпинат свежий	100 г
◦ Масло сливочное	1 ст. л.
◦ Соль	по вкусу
◦ Перец	по вкусу
◦ Молоко	50 мл
◦ Хлеб белый	3 кусочка
◦ Фарш мясной	350 г
◦ Сыр пармезан	100 г
◦ Яйцо куриное	2 шт.
◦ Бульон мясной	600 мл
◦ Шпинат свежий	100 г
◦ Масло сливочное	1 ст. л.
◦ Соль	по вкусу

Способ приготовления:



40 мин



4 порции



117 ккал

1. Хлеб замочите в молоке примерно на 15 минут.

2. В отдельную миску измельчите вымоченный хлеб, добавьте мясной фарш, 1 яйцо, тертый сыр, соль и перец. Тщательно перемешайте и слепите фрикадельки.

3. Опустите фрикадельки в кипящий бульон и варите их 15 минут. Готовые фрикадельки обжарьте на сливочном масле. Пока не возвращайте их в бульон.

4. В тот же бульон добавьте овощи и проварите под крышкой 20 минут. Взбейте блендером и приправьте по вкусу.

5. В отдельную миску разбейте яйцо, взбейте венчиком и смешайте с 1,5 ст. л. молока и вылейте получившуюся смесь на разогретую сковороду. Не переставая мешать венчиком, поджарьте яйца так, чтобы получились «комочки».

6. Добавьте в суп яичную смесь и фрикадельки.



Совет

Чтобы было проще лепить фрикадельки, фарш лучше охладить – можно просто убрать его в морозилку на 10-15 минут.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>