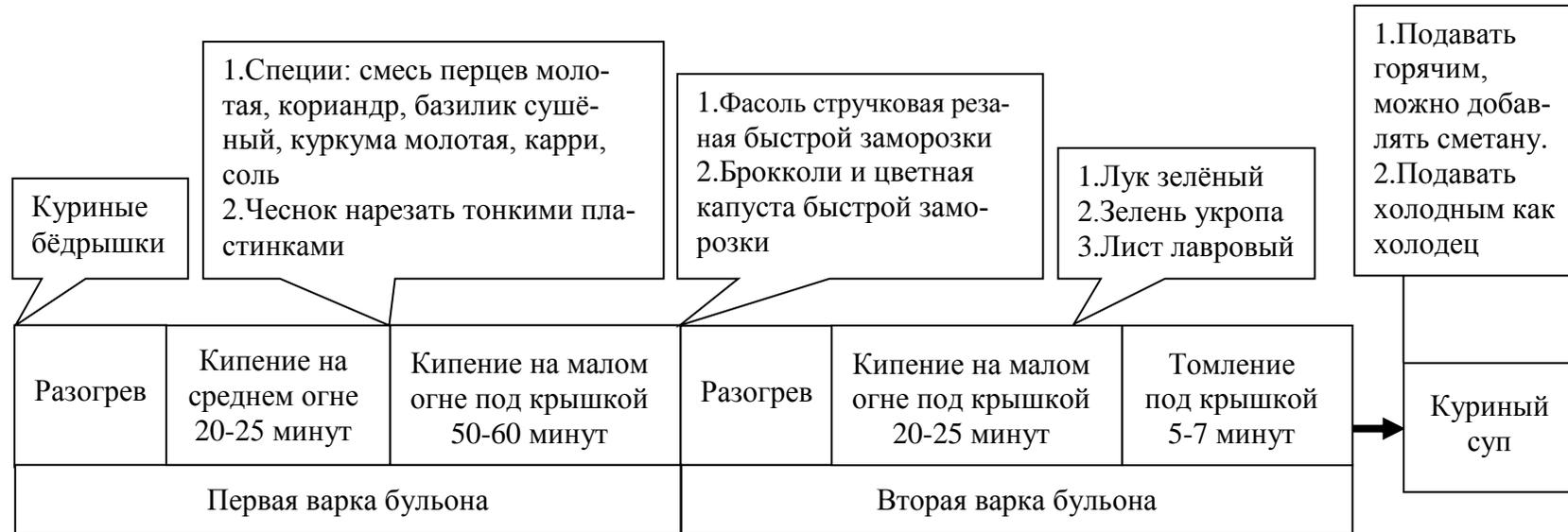


Суп из куриных бёдрышек "Ароматный" (Хурс С.П. - 03.04.2016)



1. Куриные бёдрышки – 1,5-2 кг
2. Брокколи и цветная капуста быстрой заморозки – 0,4 кг
3. Фасоль стручковая резаная быстрой заморозки – 0,4 кг
4. Лук репчатый – 1-2 шт.
5. Чеснок – 1 головка
6. Зелень укропа – 1 пучок
7. Лук зелёный – 1 пучок
8. Смесь перцев молотая
9. Кориандр
10. Базилик сушёный
11. Куркума молотая
12. Карри
13. Лист лавровый
14. Соль – 1,5 ст. ложки



Суп из куриных бёдрышек "Ароматный" (Хурс С.П. - 03.04.2016)



1. Берём куриные бёдрышки



2. Берём брокколи и цветную капусту быстрой заморозки



3. Размораживаем брокколи и цветную капусту



4. Режем брокколи и цветную капусту на средние кусочки



5. Берём фасоль стручковую резаную



6. Размораживаем фасоль стручковую резаную



7. Берём лук репчатый



8. Чистим лук репчатый



9. Режем лук репчатый мелкими квадратиками



10. Берём чеснок



11. Чистим дольки чеснока



12. Режем дольки чеснока тонкими пластинками

Суп из куриных бёдрышек "Ароматный" (Хурс С.П. - 03.04.2016)



13. Берём зелень укропа



14. Режем зелень укропа мелко



15. Берём лук зелёный



16. Режем лук зелёный мелко



17. Берём специи



18. Готовим пропорции специй



19. Разминаем кориандр и смешиваем специи



20. Ставим кастрюлю с водой на огонь



21. Кладём куриные бёдрышки в кастрюлю и варим



22. Тщательно снимаем накипь



23. Кладём специи в кастрюлю



24. Кладём чеснок в кастрюлю

Суп из куриных бёдрышек "Ароматный" (Хурс С.П. - 03.04.2016)



25. Накрываем крышкой и варим на малом огне



26. Проверяем мягкость бёдрышек



27. Кладём лук репчатый в кастрюлю



28. Кладём фасоль стручковую резаную в кастрюлю



29. Кладём брокколи и цветную капусту в кастрюлю



30. Перемешиваем содержимое кастрюли



31. Накрываем кастрюлю крышкой и варим на малом огне



32. Кладём лук зелёный в кастрюлю



33. Кладём зелень укропа в кастрюлю



34. Кладём лист лавровый в кастрюлю



35. Накрываем кастрюлю крышкой и варим на малом огне и томим



36. Подаём суп на стол