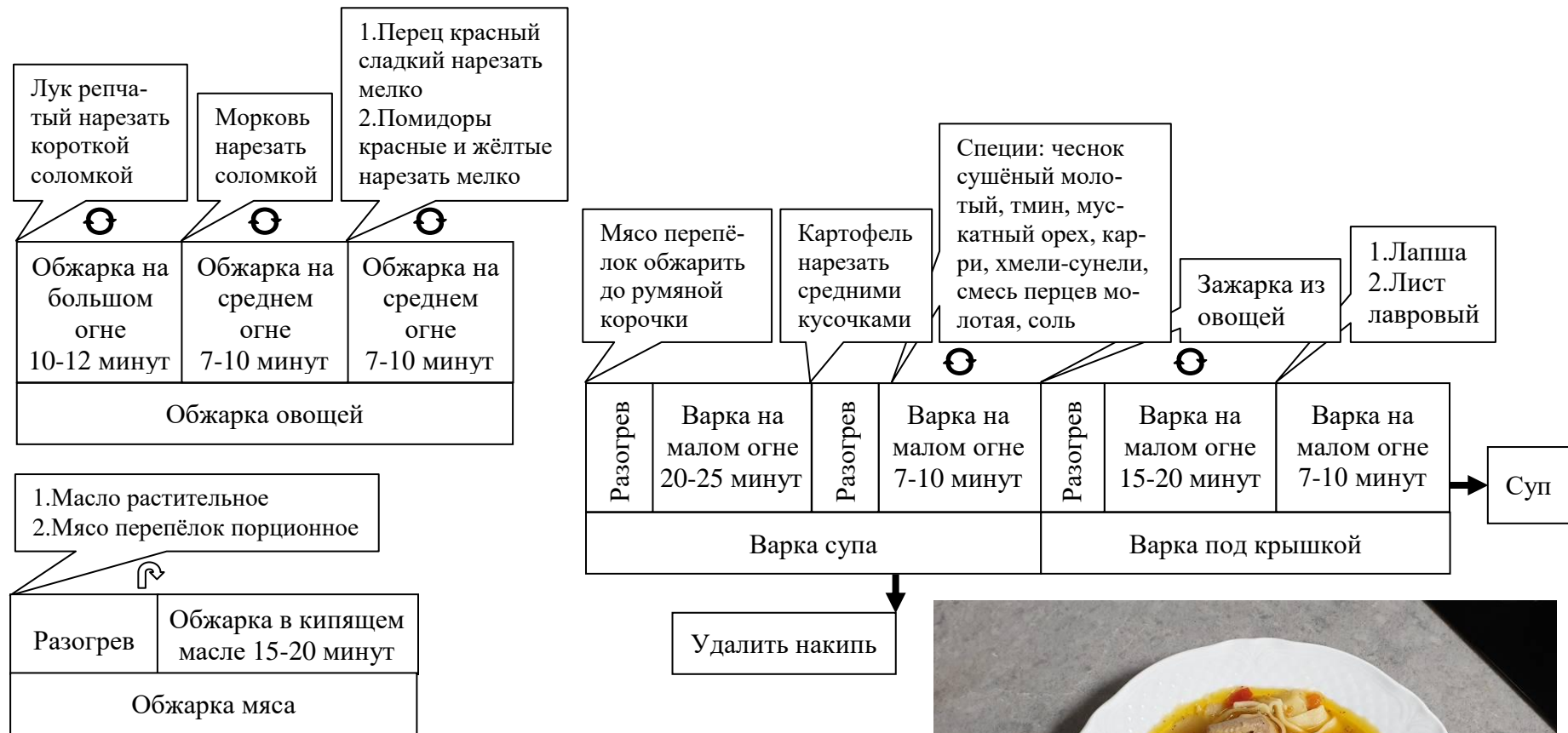


## Суп с мясом перепёлки "Лагман перепелиный" (khurs.ru - 2020)



↻ - перевернуть; ⦿ - перемешать

- |                                         |                                         |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1. Мясо перепёлок – 1-1,1 кг            | 10. Тмин – 1 ст. ложки                  |
| 2. Картофель – 0,5-0,6 кг               | 11. Мускатный орех – 0,5 ч. ложки       |
| 3. Морковь – 100 г                      | 12. Карри – 0,3 ч. ложки                |
| 4. Лук репчатый – 100-150 г             | 13. Хмели-сунели – 0,3 ч. ложки         |
| 5. Перец красный сладкий – 1 шт.        | 14. Смесь перцев молотая – 0,3 ч. ложки |
| 6. Помидоры красные и жёлтые – 2+2 шт.  | 15. Лист лавровый                       |
| 7. Лапша – 150 г                        | 16. Соль – 1,5 ст. ложки                |
| 8. Масло растительное – 150-180 г       | 17. Вода – 2,5-3 л                      |
| 9. Чеснок сушёный молотый – 1 ст. ложка |                                         |



## Суп с мясом перепёлки "Лагман перепелиный"



1. Берём разделанные тушки перепёлок



2. Разрезаем каждую тушку на четыре части



3. Чистим картофель



4. Режем картофель средними кусочками



5. Чистим лук репчатый



6. Режем лук репчатый короткой соломкой



7. Чистим морковь



8. Режем морковь соломкой



9. Берём помидоры жёлтые и красные



10. Режем помидоры мелко



11. Режем перец красный сладкий мелко



12. Отмеряем лапшу, ломаем



## Суп с мясом перепёлки "Лагман перепелиный"



13. Отмеряем пропорции специй



14. Берём масло растительное



15. Ставим сковороду с маслом растительным на огонь



16. Кладём перепёлки на сковороду



17. Обжариваем каждую сторону до образования румяной корочки



18. Обжаренное мясо перепёлок выкладываем на тарелку



19. Кладём лук репчатый в сковороду с кипящим маслом



20. Обжариваем лук на большом огне до золотистого оттенка



21. Кладём морковь на сковороду



22. Перемешиваем лук и морковь и жарим на среднем огне



23. Кладём перец красный сладкий в сковороду



24. Перемешиваем содержимое сковороды



## Суп с мясом перепёлки "Лагман перепелиный"



25. Кладём помидоры в сковороду



26. Перемешиваем содержимое сковороды, жарим на среднем огне



27. Кладём обжаренное мясо перепёлки в кастрюлю с водой, варим



28. Кладём картофель в кастрюлю, варим и снимаем накипь



29. Кладём специи в кастрюлю



30. Перемешиваем специи



31. Кладём зажарку из овощей в кастрюлю



32. Накрываем кастрюлю крышкой варим на малом огне



33. Кладём лапшу в кастрюлю



34. Кладём лист лавровый в кастрюлю



35. Накрываем кастрюлю крышкой и варим на малом огне



36. Подаём суп на стол