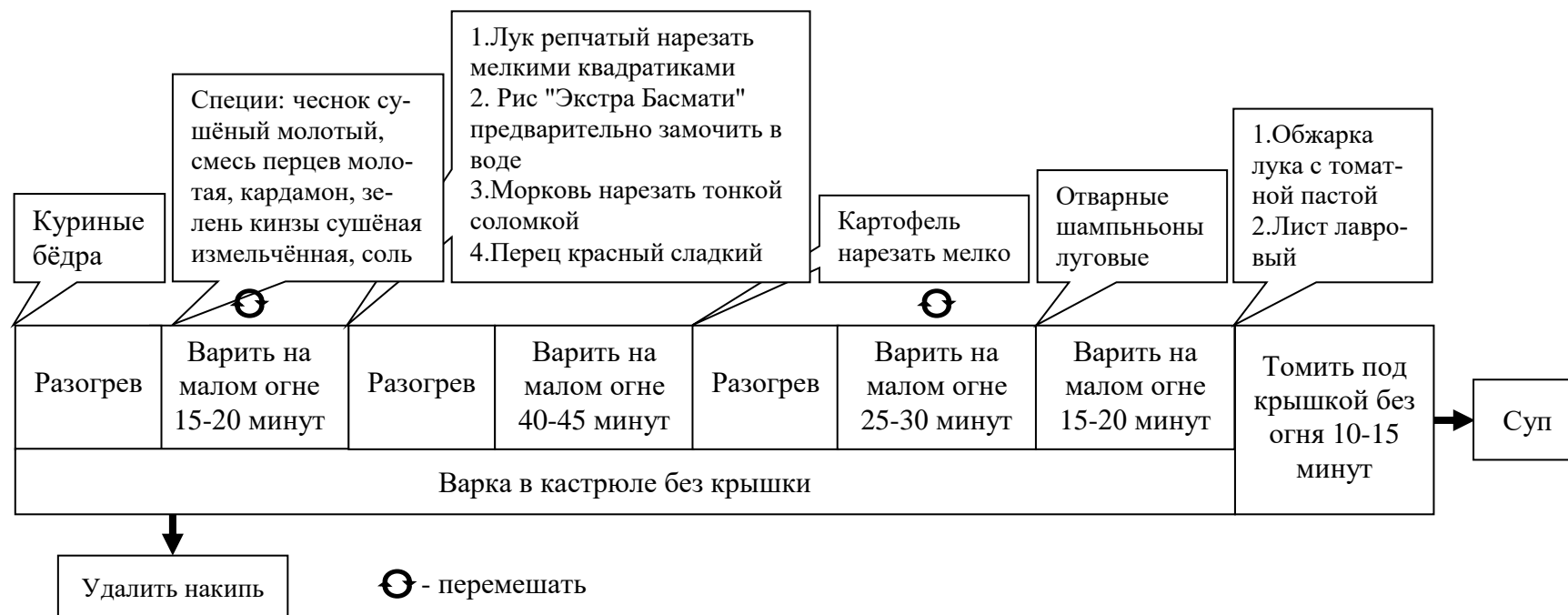


Томатный суп с куриными бёдрами и луговыми шампёньюнами "Третье кольцо" (khurs.ru - 2023)



1. Куриные бёдра – 1,9 кг
2. Рис "Экстра Басмати" – 160 г
3. Картофель – 350-400 г
4. Лук репчатый – 200 г
5. Морковь – 100 г
6. Перец красный сладкий – 150-200 г
7. Шампёньюны луговые отварные – 180-200 г
8. Масло растительное – 30-40 г
9. Паста томатная – 90-100 г
10. Чеснок сушёный молотый – 0,3-0,4 ч. ложки
11. Смесь перцев молотая – 0,3 ч. ложки
12. Зелень кинзы сушёная измельчённая – 1 ст. ложка
13. Кардамон – 0,5-0,7 ч. ложки
14. Соль – 1-1,5 ст. ложки
15. Вода – 2,5-3 л



Томатный суп с куриными бёдрами и луговыми шампёньюнами "Третье кольцо"



1. Берём куриные бёдра охлаждённые



2. Берём рис "Экстра Басмати"



3. Замачиваем рис в воде



4. Чистим картофель



5. Режем картофель мелко



6. Берём отварные замороженные шампёньюны луговые



7. Чистим лук репчатый



8. Режем лук репчатый мелко



9. Берём перец красный сладкий



10. Режем перец красный сладкий мелкими квадратиками



11. Берём морковь



12. Режем морковь тонкой соломкой

Томатный суп с куриными бёдрами и луговыми шампёнками "Третье кольцо"



13. Составляем пропорции специй



14. Берём масло растительное



15. Берём пасту томатную



16. Ставим кастрюлю с водой на огонь



17. Кладём куриные бёдра в кастрюлю, варим на малом огне



18. Удаляем накипь, кладём специи в кастрюлю, перемешиваем



19. Кладём лук репчатый в кастрюлю



20. Кладём рис в кастрюлю



21. Кладём морковь в кастрюлю



22. Кладём перец красный сладкий в кастрюлю, варим на малом огне



23. Кладём картофель в кастрюлю



24. Перемешиваем содержимое кастрюли, варим на малом огне

Томатный суп с куриными бёдрами и луговыми шампёнками "Третье кольцо"



25. Кладём отваренные шампён-ны луговые в кастрюлю



26. Перемешиваем содержимое кастрюли



27. Ставим сковороду с маслом растительным на огонь



28. Кладём лук репчатый в сковороду, жарим на большом огне



29. Перемешиваем, жарим лук до золотисто-охристого оттенка цвета



30. Кладём пасту томатную в сковороду



31. Перемешиваем лук и пасту томатную



32. Кладём обжарку в кастрюлю



33. Перемешиваем содержимое кастрюли



34. Кладём лист лавровый в кастрюлю



35. Накрываем кастрюлю крышкой и томим без огня



36. Подаём суп на стол