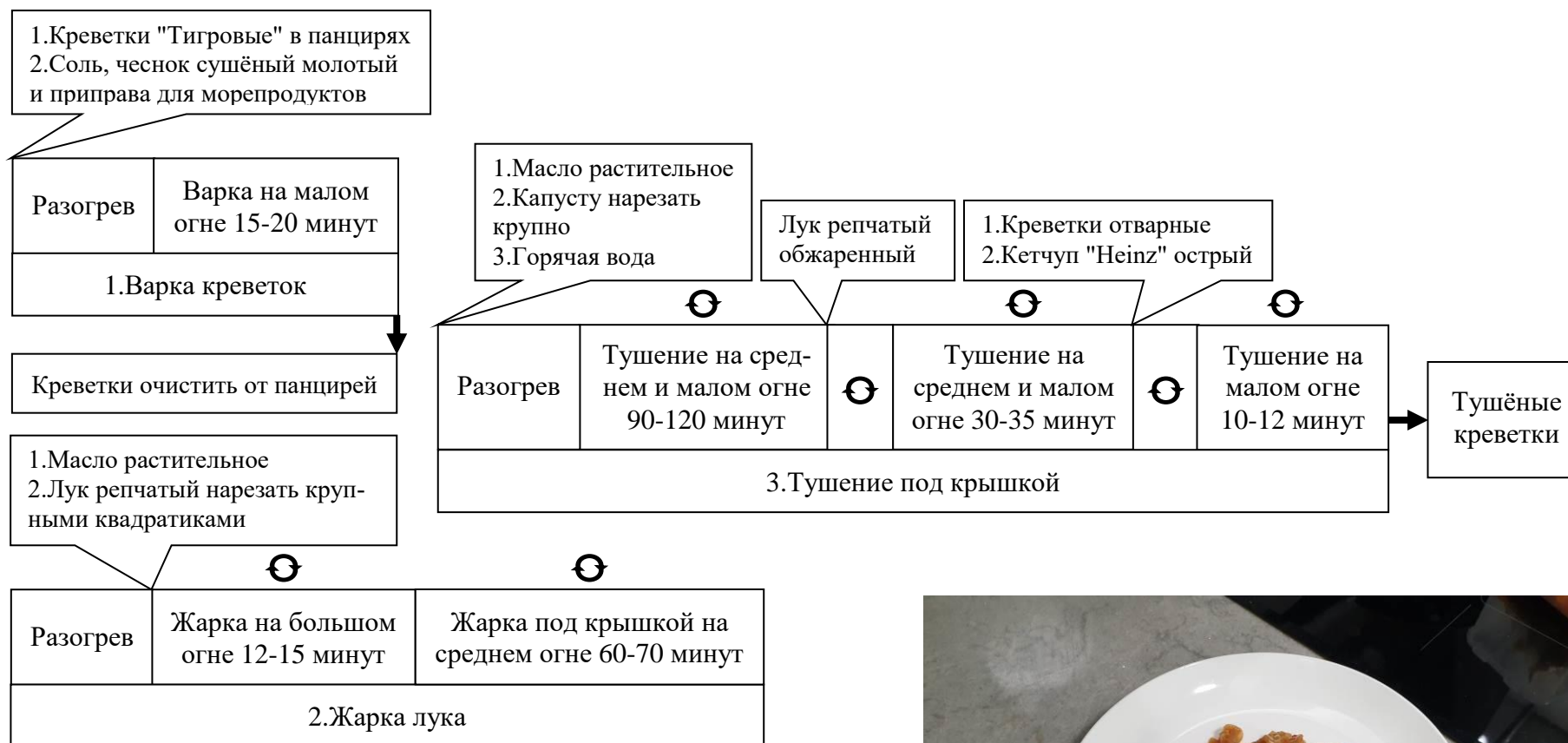


## Тушёные креветки с капустой и луком "Морской каприз" (khurs.ru - 2023)



⦿ - перемешать

- 1.Креветки "Тигровые" – 1 кг
- 2.Капуста белокочанная – 2,8-3 кг
- 3.Лук репчатый – 1,3-1,4 кг
- 4.Чеснок сушёный молотый – 0,3 ст. ложки
- 5.Приправа для морепродуктов - 2 ст. ложки
- 6.Кетчуп "Heinz" острый – 640 г
- 7.Масло растительное – 70-80 г
- 8.Соль - 1 ст. ложка
- 9.Вода – 2,0-2,5 л (на варку креветок) + 0,3 л (на тушение капусты)



## Тушёные креветки с капустой и луком "Морской каприз"



1. Размораживаем креветки "Тигровые"



2. Берём капусту белокочанную



3. Режем капусту белокочанную крупно



4. Чистим лук репчатый



5. Режем лук репчатый крупными квадратиками



6. Берём кетчуп "Heinz" острый



7. Берём соль, чеснок сушёный мол. и приправу для морепродуктов



8. Берём масло растительное



9. Ставим кастрюлю с водой на огонь, кладём креветки в кипяток



10. Удаляем накипь, кладём специи



11. Варим на малом огне



12. Чистим креветки от панцирей

## Тушёные креветки с капустой и луком "Морской каприз"



13. Ставим сковороду с малом растительным на огонь



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



15. Накрываем сковороду крышкой, жарим на среднем огне



16. Периодически перемешиваем, жарим лук до золотистого оттенка



17. Ставим вок на огонь, наливаем растительное масло



18. Кладём капусту в вок, перемешиваем, добавляем горячую воду



19. Накрываем вок крышкой, тушим на среднем и малом огне.



20. К капусте добавляем жареный лук, перемешиваем



21. Накрываем вок крышкой тушим на среднем и малом огне



22. Кладём отварные креветки в вок



23. Кладём кетчуп в вок, перемешиваем, тушим под крышкой



24. Подаём на стол