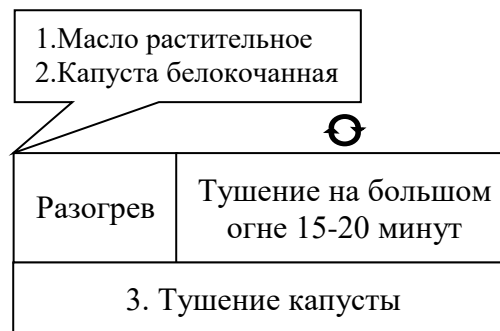
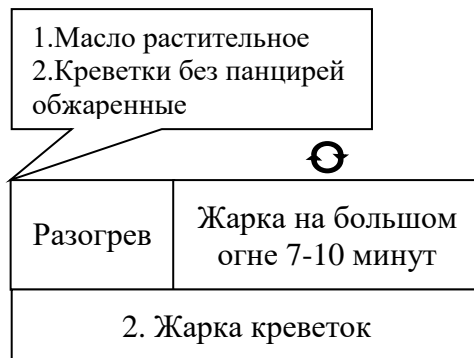
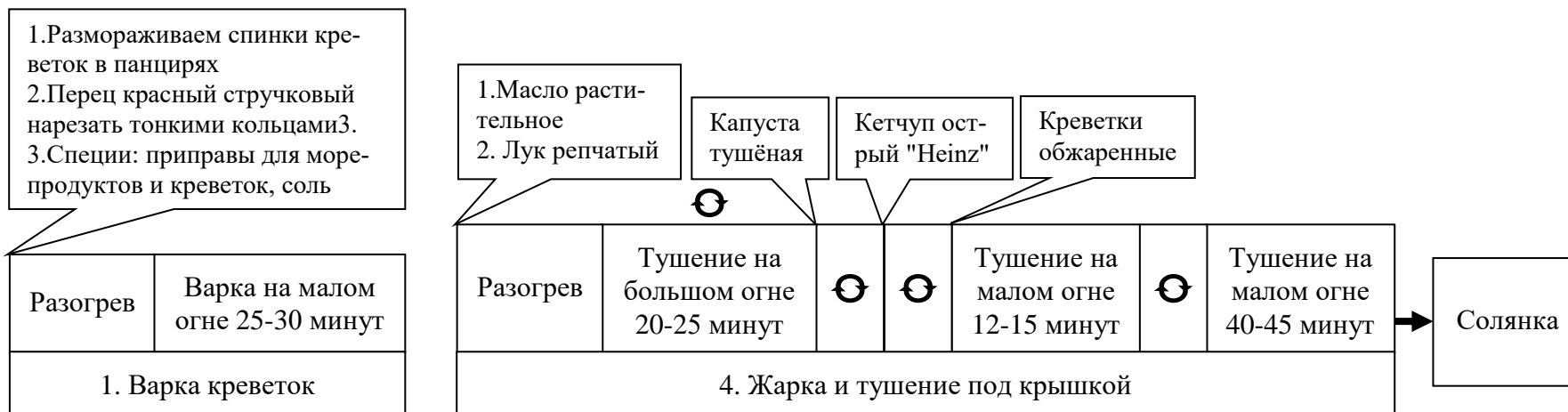


Солянка с гигантскими креветками, капустой и луком "Утренний бриз" (khurs.ru - 2023)



⊗ - перемешать

1. Гигантские креветки (спинки в панцирях) – 1 кг
2. Капуста белокочанная – 2,8 кг
3. Лук репчатый – 1,2-1,3 кг
4. Перец красный стручковый – 55-60 г
5. Приправа для морепродуктов и креветок – 1-1,5 ст. ложки
6. Масло растительное – 65-75 г
7. Кетчуп острый "Heinz" – 640 г
8. Соль - 1,2 ст. ложки (для варки креветок)
9. Вода – 3,0-3,5 л (для варки креветок)



Солянка с гигантскими креветками, капустой и луком "Утренний бриз"



1. Размораживаем гигантские креветки



2. Берём капусту белокочанную



3. Режем капусту белокочанную некрупно



4. Чистим лук репчатый



5. Режем лук репчатый крупными квадратиками



6. Берём перец красный стручковый



7. Режем перец красный стручковый



8. Берём кетчуп острый "Heinz"



9. Берём масло растительное



10. Составляем пропорции специй для варки креветок



11. Ставим кастрюлю с водой на огонь



12. Кладём креветки и специи в кастрюлю

Солянка с гигантскими креветками, капустой и луком "Утренний бриз"



13. Кладём перец красный стручковый в кастрюлю



14. Варим креветки до готовности



15. Выкладываем креветки на тарелку



16. Очищаем креветки от панцирей



17. Ставим сковороду с маслом растительным на огонь



18. Кладём креветки в сковороду



19. Жарим креветки на большом огне, перемешиваем



20. Ставим вок с маслом растительным на огонь



21. Кладём лук репчатый в вок



22. Перемешиваем содержимое сковороды



23. Жарим лук репчатый под крышкой на большом огне



24. Доводим лук до золотистого цвета

Солянка с гигантскими креветками, капустой и луком "Утренний бриз"



25. Ставим сковороду с маслом растительным на огонь



26. Кладём капусту белокочанную в сковороду



27. Тушим капусту на среднем огне под крышкой, перемешиваем



28. Тушёную капусту перекладываем в вок



29. Перемешиваем содержимое вока



30. Кладём кетчуп в вок



31. Перемешиваем содержимое вока



32. Кладём креветки в вок



33. Накрываем вок крышкой, тушим на малом огне



34. Перемешиваем содержимое вока



35. Накрываем вок крышкой, тушим на малом огне



36. Подаём на стол