

Суп из бамии



- 🕒 **Время:**
- 🍴 **Сложность:** простой
- 🍳 **Способ:** варка
- 📅 **Сезон:** круглый год
- 🔪 **Назначение:** первое блюдо

Ингредиенты

- Бамия
- Картофель
- Помидоры
- Лук
- Морковь
- Оливковое масло
- Чеснок
- Укроп, кинза

КАК ПРИГОТОВИТЬ

Шаг 1. Довести до кипения очищенную и хорошо промытую бамию.

Шаг 2. Нарезать картофель, лук, морковь, очищенные от кожуры помидоры на тонкие кольца и добавить к бамии. Кипятить еще 10 минут.

Шаг 3. Заправить суп оливковым маслом и украсить мелконарезанным укропом и кинзой. При подаче натереть на суп 3 зубчика чеснока.

Приятного аппетита!