

БАНДА



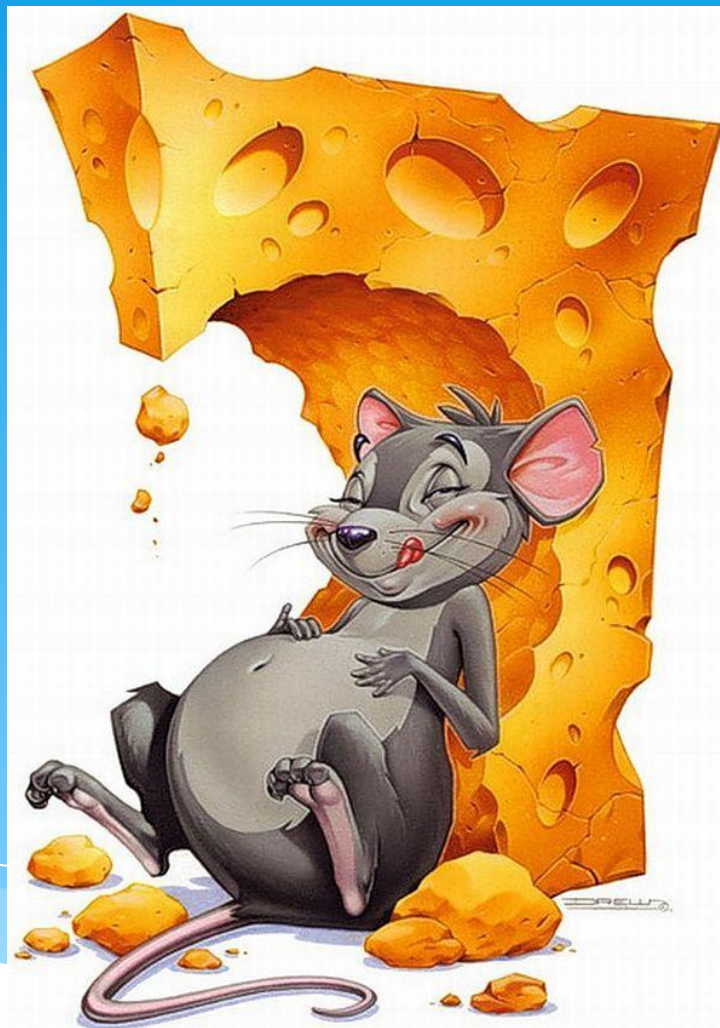
К
О
Т
М
К
А
2

Г. Архангельск

Гастрономическая рулетка



Секретный
ингредиент
для
семейного
ужина



Гастрономическая рулетка

СЫР – ЭТО

- Польза для костей. Присутствующие в нем витамины А, D, К, а также кальций, магний, белок и цинк укрепляют кости
- Полезные свойства для крови и кровеносных сосудов. Он помогает повысить уровень гемоглобина в крови
- Польза для желудочно-кишечного тракта. Употребление сыра провоцирует рост полезных бактерий в кишечнике.
- Успокаивающее средство. Продукт обладает антистрессовым действием, нормализует сон.
- Полезные свойства для глаз. Высокое содержание витамина А улучшает зрение.

Гастрономическая рулетка

Блюдо 1 – сырный суп с креветками



Гастрономическая рулетка

Мы делали так:

- Отварили креветки, почистили
- В кипящую подсоленную воду положили порезанную кубиками картошку
- Морковь и лук обжарили и тоже положили в воду
- Сырки порезали и тоже положили в воду
- Сливки вылили в воду
- В конце в суп положили креветки, зелень и соль. Все по вкусу.

Гастрономическая рулетка

Мы делали так:



Гастрономическая рулетка
Сырный суп
с креветками готов!



Гастрономическая рулетка

Блюдо 2 – индейка в сырном соусе



Гастрономическая рулетка

Мы делали так:

- Порезали филе индейки, помыли
- Положили на сковороду, посолили
- Жарили в масле до готовности
- Добавили лук и чеснок
- Дальше делали соус: залили водой с мукой и томатной пастой
- Посыпали кусочками сыра

Гастрономическая рулетка

Мы делали так:



Гастрономическая рулетка
Индейка в сырном соусе
готова!



Гастрономическая рулетка

Блюдо 3 – соленый салат (с мягким сыром)



Гастрономическая рулетка

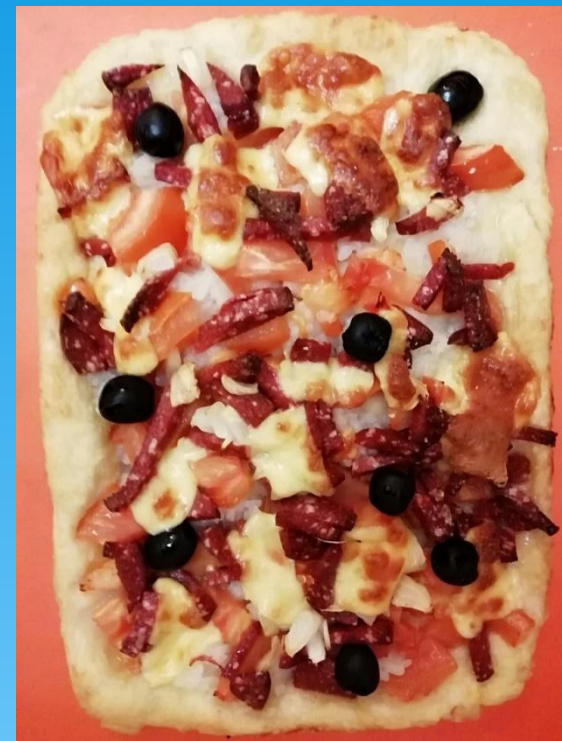
Соленый салат готов!



Инструкция проста:

мельчим и перемешиваем!

Гастрономическая рулетка и напоследок...



То, что не вошло в основные блюда 😊

Благодарим за внимание

