



Rosół z makaronem

★★★★★ (8)



15 minut



1 osoba



łatwy

Wartości odżywcze

214 kcal / 1 porcję (371 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie



Kaloryczność

57.76 kcal

2.89%



Białko

4.98 g

9.96%



Węglowod.

5.44 g

2.01%



Tłuszcze

1.61 g

2.3%



Błonnik

0.47 g

1.88%

GDA

2.89%



Składniki

- Wywar warzywno-drobiowy - 300g (1 ½ szklanki)
- Makaron bezjajeczny z semoliny nitki - 20g
- Marchew - 45g
- Natka pietruszki siekana - 6g (łyżeczka)



Sposób przyrządzenia

KROK 1: Makaron ugotuj według instrukcji na opakowaniu.**KROK 2:** W wywarze ugotuj marchew.**KROK 3:** Makaron przełóż do talerza lub miseczki, dodaj ugotowaną i pokrojoną w plasterki marchew, całość zalej rosółem. Udekoruj posiekaną natką pietruszki.

Smacznego!

