

Сырный суп-пюре с курицей

Время приготовления: 25 минут

Реабилитация после инсульта

Пониженная масса тела и истощение

Последствия инфекционных заболеваний (пневмония, острый бронхит)

Послеоперационный период

В одной порции:

вес	ккал	белки	жиры	углеводы
565 г	320 ккал	22 г	12 г	26 г



Ингредиенты

Куриное филе	75 г
Картофель	1 шт. (≈100 г)
Лук репчатый	1/4 шт. (≈30 г)
Морковь	1/4 шт. (≈40 г)
Рис	20 г (≈1 ст. л.)
Плавленный сыр	50 г
Соль	по вкусу
Вода	250 мл

Куриный бульон для многих остается символом заботы, уюта и восстановления после болезни. Мы сохранили все самое полезное от классического куриного супа и дополнили его мягкой сливочной текстурой — чтобы сделать блюдо не только теплым, но и по-настоящему питательным.

Приготовление

- 1 Вскипятите 250 мл воды, положите кусочек куриного филе и варите до готовности (15 минут).
- 2 Достаньте курицу, дайте немного остыть. В бульон добавьте промытый рис.
- 3 Через 5 минут добавьте нарезанные картофель, морковь и лук. Варите до мягкости овощей.
- 4 Добавьте плавленный сыр, размешайте до полного растворения. Посолите по вкусу.
- 5 нарежьте курицу и верните в кастрюлю.
- 6 Переложите все в блендер и взбейте до однородной кремовой консистенции. Не выливайте весь бульон сразу, добавляйте его к пюре постепенно, чтобы регулировать консистенцию супа.
- 7 Украсьте зеленью и подавайте на стол.



Если нарушено глотание

Если суп-пюре получился слишком жидким, его можно сделать безопаснее с помощью загустителя Nutrilis Clear¹. Добавьте количество загустителя, указанное в инструкции, чтобы достичь рекомендуемой консистенции. Хорошо перемешайте или взбейте суп повторно блендером. Подождите одну минуту, затем перемешайте снова и проверьте, соответствует ли текстура тем рекомендациям, которые вы получили от врача.