



БЫСТРЫЙ БОРЩ

Мои дети всегда с удовольствием ели борщ! Но вдруг в какой-то момент Марсель перестала! Я расстроилась, но не надолго!

У меня настолько простой и быстрый рецепт, что приготовление борща не составляет никакого труда.

Я научила ее сама его готовить, теперь он ей опять нравится!

Так вот вам видео рецепт самого простого и вкусного борща, который может приготовить и ребенок.

(Если ваш ребенок еще плохо обращается в ножом и теркой, вы можете очистить, нарезать и натереть все продукты сами, ребенку останется только собрать паззл!)



Понадобится:

куриная грудинка - 300 граммов

Можно использовать любое мясо, говядину, свинину, индюшку, а еще вкусно с копчеными ребрышками.

картофель - 3-5 штук

капуста - 1/2 среднего качана

морковь - 1 штука

свекла - 1 штука

лук - 1/2

чеснок - 2 зубочка

сметана ГМЗ - 200 граммов

томатный сок - 300 миллилитров

петрушка - 1 пучок

сливочное масло ГМЗ - 20 граммов

Приготовление:

Лук нарежь мелко.

Мясо нарежь небольшими кубиками.

Карточку очисти и нарежь кубиками.

Капусту нашинкуй.

Морковь и свеклу натри на крупную терку.

В кастрюле iCook растопи сливочное масло и обжарь лук до прозрачности. Добавь мясо и обжаривай пару минут. Добавь картофель и помешивая еще пару минут обжаривай.

Добавь капусту, свеклу и морковь, влей томатный сок и накрой крышкой. Готовь на среднем огне пока картофель не станет мягким.

Выдави чеснок, влей кипяток до краев кастрюли, посоли, перемешай и добавь рубленую петрушку. Доведи до кипения, накрой крышкой и сними с огня. Дай настояться еще 15-30 минут.