



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

---

## Молочный Суп с Кабачками

Sütlü Kabak Çorbası



5 стаканов молока  
2 средних кабачка  
3 стакана воды  
Пол стакана риса  
Пол стакана мясн.бульёна  
Пол стакана натёртого сыра  
2 чайн.ложки соли  
Пол чайн.ложки чёрн.перца

# Рис высыпать в небольшую кастрюлю, залить 3 стакана воды и варить пока рис не развариться и не выпариться вода.

# В другую большую кастрюлю налить молоко, довести до кипения.

Кабачки очистить, порезать на маленькие кубики и бросить в кипящее молоко.

# Когда кабачки станут прозрачными, добавить варёный рис.

# Добавить соль, перец, бульён. Закрывать крышкой и варить 20 минут на среднем огне.

# Перед тем, как снять с огня, добавить сыр, помешать. Суп подавать горячим.

Молочный Суп с Кабачками малокалорийный, идеально подходит для диеты.