

## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---



### Продукты для ухи

#### Продукты

- Форель-300 г.
- Картофель-500 г.
- Морковь -2 шт.

## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---

- Перловка -3 ст.л.
- Лук-2 шт.
- Вода, соль по вкусу
- Время приготовления 40 мин.



**Варим перловую крупу.**

Наливаем в кастрюлю 2,5 л воды, кладём 1 ст.л. с горкой соли. Варим крупу до полу-готовности,



**Морковь.**



## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---

Одну морковь трем на крупной тёрке. Вторую морковь красиво нарезаем кольцами.



### Измельчаем лук.

При помощи измельчителя "без хлопот" быстро и без слёз измельчаем лук.



### Зажарка.

Измельчённый лук обжариваем вместе с тёртой морковью на растительном масле 5 мин.

## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---



**Картофель.**

Картофель нарезаем кубиками.



**Варим уху.**

В кипящую воду с перловкой добавляем картофель и морковь нарезанную пластами, варим 5 ми

## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---



**Форель.**

Рыбу нарезаем пластами.



**Форель.**

Выкладываем рыбу в кипящий бульон, варим 5 мин. Добавляем специи, зелень.

## Уха из форели

Добавил(а) Ольга

14.04.09 17:19 - Последнее обновление 03.02.10 05:27

---



**Приятного аппетита!**

{kunena\_discuss:11}