



## Rosół z makaronem

★★★★★(8)

15 minut

1 osoba

łatwy

### Wartości odżywcze

**214 kcal** / 1 porcję (371 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

|  |                                  |                                     |                                   |                                   |                             |
|--|----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| Kaloryczność<br><b>57.76 kcal</b><br>2.89% | Białko<br><b>4.98 g</b><br>9.96% | Węglowod.<br><b>5.44 g</b><br>2.01% | Tłuszcze<br><b>1.61 g</b><br>2.3% | Błonnik<br><b>0.47 g</b><br>1.88% | <b>GDA</b><br><b>2.89 %</b> |
|--|----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|



### 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!

