



AGNIESZKA KUŁAGA

# ROSÓŁ 101

---

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
<b>10 os.</b>	<b>1,5</b> godziny	<b>122 kcal</b>	<b>14</b>	<b>3</b>	<b>6,8</b>

---

Mój sposób na rosół idealny.

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

1. Warzywa obrać. Cebulkę zrumienić na palniku.
2. Kurczaka poćwiartować i wraz z żeberkami oraz podrobami zalać wodą.
3. Mięso powoli doprowadzić do wrzenia. Gotować na wolnym ogniu około godzinę czasu (w zależności od wielkości ćwiartek).
4. Do gotującego się mięsa dodać przyprawy oraz jarzyny.
5. Rosół z jarzynami gotować dodatkowe 20 minut (od zagotowania).