

**Вкусная,
полезная,
кудрявая уха**

**Выполнила обучающаяся
ЦДТ «Луч»
Изостудии «Колорит»
Фарукшина Амира
9 лет**

Наши предки суп любой
Называли встарь ухой.
И была у них уха
Из гуся и петуха...

Время шло, года летели
Реки рыбой все кишели,
И рыбацкая уха
Победила петуха.

Стерлядь, щука, караси –
Суп-уха по всей Руси...
Вот бурлит на костерках
В задымлённых котелках.

И в печах кипит она –
Так навариста, вкусна!..
Весь вздыхает мир честной:
Вот бы нам ухи такой!



**Предлагаю вашему
вниманию пошаговое
приготовление
блюда, в которое
влюблена с раннего
детства.**

**Ее величество –
домашняя , кудрявая
уха.**



Необходимые продукты для приготовления ухи:

- ▣ ½ кг горбуши
- ▣ 1 луковица
- ▣ ½ моркови
- ▣ 1-2 картофеля
- ▣ 1 яйцо
- ▣ Соль, перец по вкусу
- ▣ Зелень (петрушка, укроп)



Приступаем к приготовлению

Шаг 1

В кипящую воду опустить
рыбу и варить 20 минут
после закипания.



Шаг 2

Нарезать лук, морковь и
заложить в кипящий
бульон.



Шаг 3

Посолить бульон.



Шаг 4

По истечению 20 минут выложить рыбу, бульон снять с огня, процедить в другую кастрюлю.

Шаг 5

Поставить на огонь рыбный бульон.

Шаг 6

Нарезать картофель соломкой, после закипания заложить картофель в бульон и варить до готовности (10 минут).



Шаг 7

Взбить яйцо вилочкой или венчиком, для того, чтобы сделать уху кудрявой.

Шаг 8

Тонкой струйкой ввести в кипящий бульон взбитое яйцо, одновременно перемешивать, чтобы образовались кудряшки.

Шаг 9

Нарубить зелень.

Шаг 10

Снять с огня супчик, он готов к употреблению.



«Быть или не быть ухе в рационе современного человека – вот в чем вопрос!»



Благодарю за внимание!