

## **ИНГРЕДИЕНТЫ**

Картофель - 2 шт.

Лук - 1 шт.

Морковь небольшая - 1 шт.

Шампиньоны - 100 г

Свекла небольшая - 1 шт.

Растительное масло - 2 ст.л.

Овощной бульонный кубик - 1 шт.

Томатная паста - 1 ст.л.

Капуста белокочанная - 150 г

Болгарский перец - 0,5 шт.

Чеснок - 1 зубок

Зелень укропа и петрушки - 10 г

## **ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ**

Предлагаю вам приготовить вместе со мной вкуснейший борщ с грибами! Такой борщ будет очень кстати в Пост и также придется по вкусу тем, кто любит диетические блюда и придерживается правильного питания. Помимо того, что борщ постный, благодаря грибам он еще и очень питательный.

Безусловно, борщ, приготовленный с лесными грибами, пусть даже и сушеными, будет сильно по вкусу отличаться от борща, приготовленного с шампиньонами. Но если других грибов нет, то и шампиньоны - подходящие для этого блюда грибы! В любом случае, если вы будете использовать сушеные лесные грибы, их следует предварительно залить водой, чтобы они немного размокли, затем отжать их и нарезать.

Итак, подготовим все продукты для постного борща с грибами.



Прежде всего подготовим овощи. Картофель нарежем кубиком, капусту нашинкуем, а грибы нарежем тонкими пластинами, предварительно со шляпок сняв кожицу.



В кастрюлю выкладываем грибы и картофель. Вливаем овощной бульон или воду. Я готовлю овощной бульон из овощного бульонного кубика, залив его 1 литром кипятка. Если вы добавили только воду, не забудьте ее посолить. Ставим кастрюлю на огонь и варим овощи в бульоне до готовности. На это уйдет минут 20-25.



А тем временем мы подготовим зажарку для борща. Для этого лук нарежем мелким кубиком, морковь натрем на мелкой терке, свеклу нарежем тонкой соломкой.



В сковороду вливаем растительное масло и ставим сковороду на огонь. Выкладываем в сковороду лук, морковь и свеклу. Обжариваем овощи буквально пару минут.



Добавляем к овощам томатную пасту и обжариваем овощи около 10 минут, помешивая. Затем добавляем 1 половник бульона из кастрюли. Продолжаем тушить овощи еще минут 7.



Нарежем мелко чеснок, зелень петрушки и укропа, болгарский перец нарежем мелким кубиком.



В зажарку добавим чеснок и болгарский перец, протушим овощи еще 2-3 минуты и снимаем зажарку с огня.



К готовым грибам и картофелю добавляем нашинкованную капусту.



**ВАЖНО:** если вы любите разваренную капусту в борще, то вам после этого следует проварить бульон с капустой еще минут 5-7 и только потом добавлять зажарку.

В моей семье любят, чтобы капуста в борще сохраняла твердость, если сразу за капустой в борщ выложить зажарку с кислой томатной пастой, то капуста сохранит свою хрусткость. Дадим борщу закипеть.



В самом конце добавляем зелень петрушки и укропа. Снимаем борщ с огня. Накрываем кастрюлю крышкой и даем борщу настояться минут 10-15.



Готовый постный борщ с грибами подаем порционно со свежим хлебом и сметаной.



Приятного аппетита!



