**Рецепт щей из квашеной капусты с курицей**

**Технологическая карта**

Куриная грудка – 1 шт.

Вода – 3 л

Картофель – 3-4 шт.

Квашенная капуста - 300 г

Морковь - 1 шт.

Репчатый лук - 1 шт.

Лавровый лист – 2-3 шт.

Соль – по вкусу

Специи «Прованские травы» - по вкусу

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Как правильно сварить щи из квашеной капусты с курицей? Подготовим продукты и **сначала сварим куриный бульон**. В кастрюлю кладём куриную грудку и заливаем холодной водой. Доводим до кипения и снимаем шумовкой образующуюся пенку. Добавляем чайную ложку соли и варим до готовности мяса.

**Шаг 2**

**Очищаем коренья.** Морковь натираем на тёрке, репчатый лук и картофель нарезаем средними кубиками. Нарезанный картофель можно промыть холодной проточной водой, чтобы смыть лишний крахмал.

**Шаг 3**

Квашеную капусту, если она слишком кислая, можно промыть под холодной водой.

**Шаг 4**

**Приготовим зажарку для щей**. В сковороду с разогретым растительным маслом выкладываем подготовленные лук и морковь. Обжариваем до мягкости.

**Шаг 5**

Добавляем к овощам капусту. Перемешиваем и вливаем ½ стакана горячего куриного бульона. Накрываем крышкой и тушим на небольшом огне 15-20 минут, периодически помешивая.

**Шаг 6**

Вынимаем сваренное мясо из бульона и закладываем картофель. Куриное мясо разрезаем на небольшие порционные кусочки и отправляем к картофелю в бульон. Доводим до кипения и варим 10 минут.

**Шаг 7**

Добавляем тушёные овощи со сковороды, кладём лавровый лист, соль и специи по вкусу. Доводим до кипения, провариваем ещё 5 минут и выключаем огонь. Накрываем крышкой и оставляем настаиваться. Чем дольше стоят щи – тем они вкуснее.

**Шаг 8**

**Переливаем в порционные тарелки и дегустируем.** Готовые щи из квашеной капусты получились очень вкусные, ароматные, в меру густые, с приятной кислинкой. Подаём со сметаной.

Приятного аппетита!