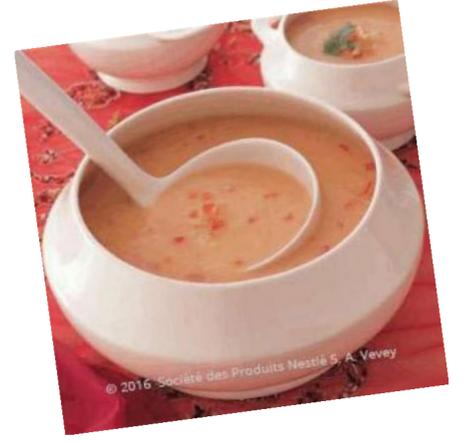


شوربة العدس والطماطم



إعداد

1. تمزج الطماطم مع الأرز وشوربة العدس ماجي والماء في قدر كبيرة.
2. يُغلى المزيج ثم يُترك على نار هادئة لمدة تتراوح بين 15 و 20 دقيقة أو حتى ينضج الأرز.
3. يُنَبَّل الحساء بالفلفل الأسود حسب المذاق ويُقدّم.

المكونات

- متوسط طماطم، مقطّعة إلى مكعبات
- 1/4 4/1 كوب أرز أميركي
- مغلف شوربة العدس من ماجي®
- 1/2 2/1 أكواب ماء

15 الدقائق

أشخاص 5

11.76 غ	Carbohydrates
67.47 كيلو سعرة حرارية	Energy
52.0 غ	Fats
47.1 غ	Fiber
09.4 غ	Protein
11.0 غ	Saturated Fats
543.87 مغ	Sodium
63.1 غ	Sugars