



Canh Sườn Nấu Măng Chua Tươi

Nguyên Liệu

- 400 g Sườn Non
- 200 g Măng chua tươi
- 20 g Hành Lá
- 1 lít Nước lọc
- 2 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm 3 Ngọt Heo
- 1 muỗng canh MAGGI Nước Mắm

Nấu Ngay

1. Bạn cần rửa sườn non thật sạch sau đó đun nước sôi để chần sơ sườn trong 5 phút. Lúc vớt sườn ra hãy xả lại nước lạnh một lần. Tiếp đến, đổ nước lọc vào nồi, cho sườn vào nấu từ 20 - 30 phút. Lưu ý trong quá trình nấu, không quên vớt bọt để nước dùng được trong.
2. Rửa măng tươi nhiều lần với nước để giảm bớt độ chua. Cùng lúc đó, đun sôi nồi nước, luộc măng trong khoảng 10 phút để loại bỏ vị đắng. Cuối cùng bạn rửa măng một lần nữa với nước lạnh rồi vớt ra để ráo.
3. Bạn cần ninh sườn đến khi chín mềm thì mới thả măng vào nồi. Đun sôi canh thêm 10 - 15 phút rồi cho hạt nêm MAGGI 3 ngọt Heo vào. Nếm thử vị, thấy vừa miệng là có thể tắt bếp.
4. Cho món Canh sườn nấu măng chua tươi ra tô, rắc hành lá thái nhỏ lên trên bề mặt. Món ăn có thể dùng kèm với cơm và chấm nước mắm MAGGI để tăng vị đậm đà. Vị chua dịu từ măng tươi hòa cùng sườn non béo béo chắc hẳn sẽ kích thích cảm giác thèm ăn lắm đấy.

dinh dưỡng

Carbohydrate	7.58 g
Năng lượng	321.95 kcal
Chất béo	10.05 g
Chất đạm	46.91 g

🕒 40 phút

👤 2 người ăn