



## Canh Nấm Cà Tím Nướng

### Nguyên Liệu

- 100 g Nấm Linh Chi
- 2 gói Mì Gói
- 2 Cà Tím
- 100 g Thịt Xay
- 1 miếng Đậu Hủ Non
- 1.2 lít Nước
- 1 muỗng canh Dầu Hành Tỏi Phi
- 1 muỗng canh MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương

### Nấu Ngay

- Cà tím rửa sạch, dùng khăn giấy lau khô rồi nướng chín. Cà chín rất nhanh chín nên khi nướng bạn thấy phần vỏ cà nhăn lại là được. Lột bỏ vỏ cà tím, xé thành miếng dài vừa ăn. Đậu hủ non rửa sơ với nước rồi cắt miếng vuông nhỏ khoảng 1,5 cm. Hành ngò rửa sạch, cắt nhỏ. Nấm linh chi lau sạch bằng khăn ẩm rồi cắt lát.
- Nấu sôi nước với thịt xay, vớt phần bọt nổi trên bề mặt cho nước trong và ngọt, sau đó cho đậu hủ non và nấm linh chi vào, nêm thêm hạt nêm MAGGI nấm hương và dầu hành tỏi phi cho nước canh đậm đà vừa ăn.
- Cho mì gói cho vào tô to. Nếu mì hơi lớn thì bạn bẻ đôi gói mì ra, xếp cà tím nướng lên trên, rắc hành ngò và tiêu cho thơm rồi chế nước thịt sôi lên, đậy nắp lại ủ vài phút cho mì mềm rồi trộn đều và thưởng thức. Mì gói ăn theo cách này vừa ngon, lại vừa đảm bảo sức khỏe, không lo nóng các nàng nhé!

dinh dưỡng

Carbohydrate	50.58 g
Năng lượng	412.86 kcal
Chất béo	17.99 g
Chất đạm	13.29 g

🕒 35 phút

👤 4 người ăn