

Баклажаны, запеченные под томатным соусом с травами



На 100 грамм:
Калорийность: **65.97 ккал.**
Белки: **1.28 г.**
Жиры: **4.66 г.**
Углеводы: **4.75 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/baklazhany-zapechennye-pod-tomatnym-sousom-s-travami/>

Ингредиенты:

- баклажаны 2 шт
- помидоры 2 шт
- чеснок 2 зубка
- розмарин 2 ветки
- тимьян 2 ветки
- оливковое масло 2 ст. л
- масло растительное для обжаривания
- соль по вкусу
- перец по вкусу

Приготовление:

Подготовить ингредиенты.

Баклажаны помойте, нарежьте кружочками, выложите на блюдо в один слой и обильно посолите. Оставьте на 20 минут.

Тем временем приготовьте соус. В сотейнике разогрейте оливковое масло, добавьте помидоры и тушите на среднем огне 5 минут.

Выдавите чеснок, добавьте ветки тимьяна и розмарина, приправьте соус солью и перцем и тушите все вместе еще 10 минут.

Снимите с огня, выньте травы и взбейте соус блендером до однородной массы (или пропустите через сито).

Разогрейте духовку до 200 С. Баклажаны сполосните под проточной водой и подсушите бумажным полотенцем. В большой сковороде разогрейте растительное масло и обжаривайте

баклажаны с двух сторон до получения румяной корочки.

В небольшом жароупорном блюде разложите в один слой часть кружочков баклажанов.

Залейте соуса, выложите остальные баклажаны и сверху залейте оставшимся соусом (должно быть минимум 2 слоя, зависит от жароупорного блюда).

Поставьте в разогретую духовку.

Пеките около 20 минут. Соус должен «схватиться» и слегка подрумяниться.

Выньте из духовки и сразу подавайте. Разложите на тарелки (желательно башенками).