

Баклажаны, запеченные с грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **41.75 ккал.**
Белки: **2.51 г.**
Жиры: **1.97 г.**
Углеводы: **3.5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/baklazhany-zapechennye-s-gribami/>

Ингредиенты:

- 500 г баклажанов
- 400 г шампиньонов (свежих или замороженных)
- 200 г сметаны 10%
- 150 г лука
- соль

Приготовление:

Баклажаны нарезать кубиками.

Баклажаны посолить и оставить на 30 минут.

Затем промыть их в холодной воде, отжать.

Лук мелко покрошить.

Грибы нарезать ломтиками.

На сухой сковороде быстро обжарить лук, баклажаны и грибы (можно подлить чуть-чуть воды).

Выложить баклажаны с грибами в форму для запекания.

Залить сметаной, поставить в духовку.

Запекать при температуре 180 градусов в течение 25-30 минут.