

# Кабачки с грибами



На 100 грамм:  
Калорийность: **131,63 ккал.**  
Белки: **1,84 г.**  
Жиры: **12,28 г.**  
Углеводы: **3,66 г.**

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

## Ингредиенты:

- кабачок - 200 г
- грибы консервированные - 200 г
- лук - 1 шт
- хмели-сунели - 1 ч.л
- соль - по вкусу
- оливковое масло - 60 мл

## Приготовление:

Кабачки помыть, нарезать тонкими пластинами.

Обжарить на сковороде в оливковом масле с двух сторон.

Лук почистить. Нарезать тонкими кольцами.

Обжарить лук с консервированными шампиньонами до готовности. Это процесс займёт около 8 минут. Консервированные шампиньоны можно заменить на свежие. Их нужно помыть и нарезать пластинами.

Грибы с луком посолить по вкусу, добавить хмели-сунели. Размешать. Соединить обжаренные кабачки с луком и грибами. Блюдо готово.