

Кабачковая пицца с помидорами и грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **90,37 ккал.**
Белки: **5,39 г.**
Жиры: **2,62 г.**
Углеводы: **10,9 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kabachkovaya-picca-s-pomidorami-i-gribami/>

Ингредиенты:

- кабачок - 600 г
- яйцо - 2 шт
- мука цельнозерновая - 1 ст
- сода - 1/2 ч. л
- соль, перец - по вкусу

Для начинки:

- Помидоры - 3 шт
- Грибы отварные 100 г (у нас шампиньоны)
- Сыр нежирный - 100 г

Приготовление:

Кабачки молодые очистить. Если кабачки зрелые, то удалить семена. И натереть на крупной терке. Добавить соль, яйца и перемешать. Поперчить по вкусу. И добавить просеянную муку и соду. Замесить тесто. Тесто получается как на обычные кабачковые оладьи. Противень смазать маслом. И выложить тесто на противень, равномерно распределив его. На тесто положить отваренные любые грибы. Нарезанные кружочками помидоры. И посыпать тертым сыром. Выпекать в духовке при температуре 180 градусов около 30 минут. Нарезать на порционные кусочки и подавать к столу!