

# Куриная грудка, запеченная с помидорами и сыром



На 100 грамм:  
Калорийность: **107,32 ккал.**  
Белки: **18,81 г.**  
Жиры: **2,19 г.**  
Углеводы: **2,16 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kurinaya-grudka-zapechennaya-s-pomidorami-i-syrom/>

## Ингредиенты:

- куриное филе
- чеснок
- сыр
- помидор
- томатная паста
- базилик

## Приготовление:

В филе сделать 2 кармашка, смазать тертым чесноком, положить по дольке сыра и помидоры. Сверху смазать томатной пастой, посолить, посыпать немного базиликом)  
В духовку на 200 градусов до готовности!