

Куриное филе с грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **110.98 ккал.**
Белки: **15.45 г.**
Жиры: **4.23 г.**
Углеводы: **1.79 г.**

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

Ингредиенты:

- филе куриное 500 г
- шампиньоны 200 г
- сметана 150 г
- лук репчатый 1 штука
- петрушка 1 пучок
- сыр 150 г
- соль по вкусу
- перец черный молотый по вкусу

Приготовление:

Отбить куриное филе и разложить на противне. Тем временем приготовить смесь из нарезанных грибов, лука, натертого на терке сыра, сметаны, майонеза и зелени петрушки, посолить, поперчить.

Выложить готовую смесь на каждый из кусочков филе и запечь в духовке.