Овощи, запеченные слоями в мультиварке

На 100 грамм:
Калорийность: **93.32 ккал.**
Белки: **4.46 г.**
Жиры: **5.31 г.**
Углеводы: **6.76 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/ovoshi-zapechennye-sloyami-v-multivarke/

Запеките овощи слоями в мультиварке, и у вас получится замечательное блюдо, совмещающее в себе пользу и вкус. Овощи в собственном соку обладают отличным вкусом и сохраняют все витамины.

Ингредиенты:
- картофель
- морковь
- баклажан
- кабачок
- лук
- сыр
- помидор
- соль
- подсолнечное масло
- специи

Приготовление:
1 Чистим овощи, промываем их, нарезаем кружками или полу кружками. Смазываем подсолнечным маслом чашу мультиварки.
Укладываем слоями на дно чаши: картофель, мелко порезанный лук, натертую морковь на терке, кабачок, сладкий перец, баклажан и помидор. Посыпаем все это сверху большим слоем тертого сыра.
Посыпаем каждый слой овощей по своему вкусу солью и специями. Можно также пропитать их майонезом.

Готовим овощи 40 минут в режиме *выпечка* в мультиварке. Можно даже добавить еще 10 минут для запекания.