

Печеный сыр к завтраку



На 100 грамм:
Калорийность: **231,65 ккал.**
Белки: **15,7 г.**
Жиры: **18,53 г.**
Углеводы: **1,27 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pechenyj-syr-k-zavtraku/>

Ингредиенты:

- сыр сулугуни - 350 г
- помидор - 1 шт
- орегано сушеный - 2 ч.л

Приготовление:

Подготовить ингредиенты.

Разогрейте духовку до 180°C. Сыр порежьте пластинками и разложите в один слой на чугунной сковороде или керамической форме для запекания (они хорошо держат тепло). Равномерно посыпьте сыр помидорами и поставьте в разогретую духовку.

Пеките сыр минут 7-10, пока он полностью не расплавится. Не ждите, пока он полностью зарумянится. Будет твердым - вытечет много жира и испортится все блюдо.

Выньте сыр из духовки, посыпьте орегано и подавайте немедленно.