

Запеченные шампиньоны



На 100 грамм:
Калорийность: **51 ккал.**
Белки: **4,04 г.**
Жиры: **3,22 г.**
Углеводы: **1,13 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zapechennye-shampinony/>

Ингредиенты:

- шампиньоны - 800 г
- чеснок - 7 г
- бальзамический уксус - 40 мл
- оливковое масло - 2 ст. л
- специи - по вкусу
- соль, перец - по вкусу

Приготовление:

Грибы режем на 2-4 части в зависимости от размера. Мелкие оставляем целыми. В небольшое количество оливкового масла добавляем натертый чеснок, прованские травы, соль, перец и уксус. Вливаем смесь в миску с шампиньонами и перемешиваем. Даем грибам помариноваться 15-20 минут, затем перекладываем в огнеупорную форму и отправляем в предварительно разогретую до 200 градусов духовку. Запекаем в течение 15-20 минут, в процессе пару раз перемешиваем.