

Запеченный лосось с грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **98,21 ккал.**
Белки: **13,22 г.**
Жиры: **4,24 г.**
Углеводы: **0,9 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zapechennyj-losos-s-gribami/>

Ингредиенты:

- 450 г филе лосося
- 60 г свежего шпината, нарезать
- 120 г грибов, нарезать
- 1 помидор, мелко нарезать

Приготовление:

Нагрейте духовку до 190 градусов.
Выложите филе в блюдо для запекания, предварительно застеленное бумагой для выпечки.
Смешайте остальные ингредиенты и выложите поверх филе.
Запекайте 20-25 минут до готовности.