Запеканка из кабачков

На 100 грамм:
Калорийность: **79.41 ккал.**
Белки: **6.6 г.**
Жиры: **4.05 г.**
Углеводы: **3.57 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/zapekanka-iz-kabachkov/

Ингредиенты:
- кабачок – 1 шт
- яйцо – 2 шт
- йогурт натуральный – 3 ст. л
- сыр нежирный – 75 г
- зелень – по вкусу
- соль, перец – по вкусу

Приготовление:
Кабачок вымыть (молодые кабачки чистить не требуется), нарезать тонкими слайсами.
Кабачок разложить в огнеупорной форме.
В миске соединить яйца, йогурт, рубленую зелень, посолить и поперчить по вкусу, перемешать.
Яичной смесью залить кабачки. Сверху посыпать тертым сыром, поставить в разогретую до 190 градусов духовку до готовности. Готовность можно определить по румяной корочке или проткнуть шпажкой, кабачки должны быть мягкими.