

Грибная запеканка



На 100 грамм:
Калорийность: **122.35 ккал.**
Белки: **5.27 г.**
Жиры: **10.92 г.**
Углеводы: **0.44 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/gribnaya-zapekanka/>

Ингредиенты:

- грибы - 500 г
- зелень - небольшой пучок
- яйцо - 2 шт
- масло оливковое - 60 г

Приготовление:

Грибы промыть, отварить, откинуть на дуршлаг.

Зелень мелко нарезать, выложить на смазанную маслом сковороду. Добавить грибы, соль, перец и обжарить.

Смазать форму для запекания маслом, выложить в нее грибы.

Яйца немного взбить при помощи венчика, залить ими грибы и поставить в духовку.

Запекать до образования легкой золотистой корочки.

По желанию можно добавить лук.