

Žampiony plněné provensálskou zeleninou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 11min
Celkový čas: 31min , Porce: 1

183 kalorií , 2 g cukrů , 13 g tuků , 5 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/zampiony-plnene-provensalskou-zeleninou>

Příprava

Žampiony očistíme a zbavíme nožiček.

Necháme si předehřát troubu na 180 °C, mezitím na drobno nakrájíme provensálskou zeleninu, orestujeme na olivovém oleji cca 3 min a nakonec přidáme na jemno nakrájený rozmarýn a dochutíme solí a pepřem.

Orestovanou zeleninou naplníme všechny hlavičky žampionů a vložíme do předehřáté trouby a pečeme cca 3 minuty, potom přidáme navrch gorgonzolu a pečeme do roztavení sýra cca 5 min. Dip si připravíme, když najemno nakrájené kapary smícháme s majonézou, jogurtem a dochutíme solí a pepřem

Ingredience

- ✓ 80 g žampionů
- ✓ 15 g cukety
- ✓ 15 g papriky
- ✓ 15 g cibule
- ✓ 15 g Gorgonzoly
- ✓ 5 g kapary
- ✓ 1 lžíce majonézy a bílého jogurtu
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ rozmarýn

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Houby, Zelenina, Předkrm, Předkrm

