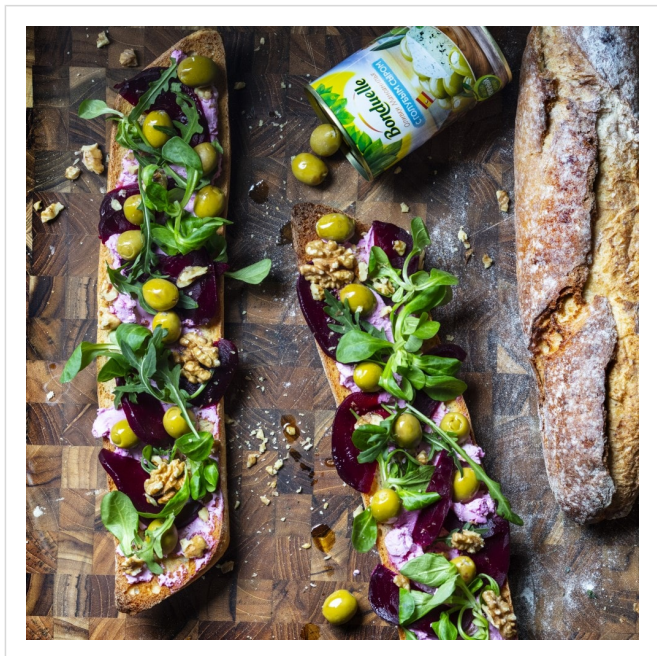




Багет с овощами и оливками с голубым сыром



Ингредиенты

° Оливки Мансанилья с голубым сыром	1 банка (340г)
° Багет	2 шт.
° Орех грецкий	50 г
° Сыр творожный	200 г
° Масло оливковое	3 ст. л.
° Салат корн и руккола	75 г
° Свекла	3 шт.

Способ приготовления:



40 мин



4 порции



195 ккал

1. Отварите свеклу в воде до готовности, почистите. Одну свеклу натрите на мелкой терке. Две порежьте тонкими дольками.

2. Разогрейте духовку до 200 градусов. Багет разрежьте пополам и поставьте в духовку на 5-7 минут. Должна образоваться золотистая корочка.

3. Потолчите грецкий орех на небольшие кусочки.

4. Смешайте творожный сыр с тертой свеклой и смажьте получившейся смесью каждый кусочек багета.

5. Разложите дольки свеклы, листья рукколы и корна, оливки с голубым сыром на багет, сверху присыпьте измельченными грецкими орехами и полейте оливковым маслом при подаче.



Совет

Если вы хотите сделать блюдо более диетическим, замените творожный сыр на рикотту, а багет на

хлеб из темной муки.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>