Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Запеченные кабачки

15 августа 2012 17:37 · https://open-cook.ru/recipes/zapechennye-kabachki



Что сделать из экологически чистого кабачка (помните про презент домашних овощей)? Жареные кабачки я не люблю, а запеканку здесь уже выкладывала. И пришла мне в голову идея их запечь. К кабачкам я сделала сметанный соус со сладким перцем.

Нам подарили молодой, сочный и нежный кабачок.

На 2 порции нужно:

- 250-300 гр кабачка
- растительное масло
- 1/4 стакана муки

- соль

Кабачок нарезаем ломтиками, толщиной около 0,5 см или чуть больше, очищаем от кожуры:



Разогреваем духовку до 180 градусов, хорошенько смазываем противень растительным маслом и ставим его в духовку минуты на 2-3. тем временем, муку смешиваем с солью, обваливаем в ней кабачковые ломтики и слегка стряхиваем. Мука не должна лежать толстым слоем на ломтиках, лишь слегка обволакивать. Вытаскиваем противень, укладываем на него кабачковые ломтики и возвращаем в духовку:



Держим в духовке около 7-9 минут, пока сторона, прилегающая к противню не покроется золотистой корочкой:



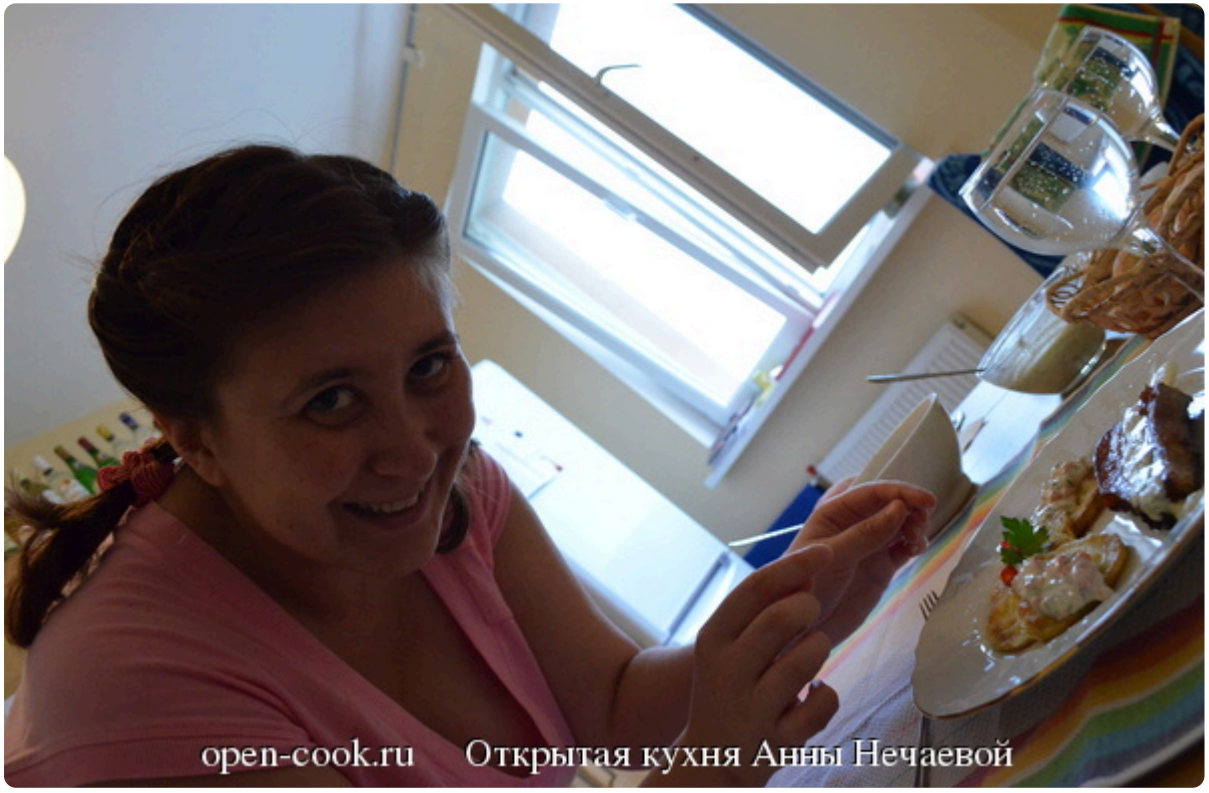
Переворачиваем и возвращаем в духовку, чтобы подрумянилась вторая сторона:



Я приготовила это на гарнир к жареному мясу. Но, думаю, эти запеченные ломтики прекрасно пойдут как закуска к пиву с острым соусом.



Теперь выкладываем веером кабачковые ломтики и поливаем соусом (который, кстати, получился довольно густым):


open-cook.ru Открытая кухня Анны Нечаевой



Кабачковые ломтики идут как гарнир к жаренному мясу с сырным соусом. Но про мясо и соус я вам расскажу позднее, потому что еще экспериментирую с сырным соусом.



Это очень вкусно и красиво :)



Приятного аппетита!





Комментарии: 3

Марина # 15:41 2.06.2015

Спасибо за рецепт, чудесно все! А я проще запекаю кабачки

Сухоруков Сергей # 19:35 22.09.2016

Уважаемая Анна,Здравствуйте. По скольку Вы еще эксперименты проводите с соусомдлякабачков,хочуВас попросить попробовать белый соус с белыми лесными грибами

> **Анна Нечаева** # 07:05 23.09.2016
>
> Здравствуйте! Спасибо за идею, попробую его приготовить :)