

Dietetyczne warzywa w pergaminie

Autor: **KORAL**Przepisów: **991** Ocena: **20642**

1-2 os.



30 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- 1 czerwona papryka
- 1 spora marchew
- 1 spora pietruszka
- 1 czerwona cebula
- 2 ząbki czosnku
- Ser Camembert 12 dag
- oregano
- pieprz cytrynowy
- szczypta soli

Sposób przygotowania:

- 1 Umytą paprykę obieramy i kroimy w paseczki. Marchew z pietruszką i cebulą również obieramy i tniemy w paski. Na pergamin wykładamy najpierw marchew z pietruszką, potem paprykę z cebulą. Dodajemy przeciśnięty praską czosnek i wszystko posypujemy oregano i pieprzem. Zbieramy rogi arkusza pergaminu i związujemy. Pieczemy ok. 30 -40 min w 180 C. Na 5 minut przed końcem pieczenia rozwinąć pergamin i dodać ser.

Twoje notatki do przepisu: