



## Įdaryti baklažanai

### Ingredientai

- 1 Baklažano
- 140 g Svogūnų
- 4 Česnako skiltelių
- 40 g Parmezano sūrio
- 400 g MAGGI itališko stiliaus padažo
- 150 g Mocarelos sūrio
- 2 a.š Alyvuogių aliejaus
- 4 g Druskos
- 2 g Pipirų

### Instrukcija

1. Baklažanus nuplaukite, perpjaukite per pusę.
2. Baklažanus aptepkite alyvuogių aliejumi ir kepkite 20 minučių orkaitėje, įkaitintoje iki 150 laipsnių.
3. Svogūnus ir česnako skilteles smulkiai supjaustykite ir kepkite keletą minučių keptuvėje ant alyvuogių aliejaus, tada įpilkite MAGGI Itališko stiliaus padažą bei įberkite šiek tiek druskos bei pipirų.
4. Gautu įdaru užpildykite baklažanus, kuriuos kepėte orkaitėje. Į baklažanų vidų suberkite mocarelą ir parmezaną.
5. Baklažanus dėkite atgal į orkaitę ir kepkite 200 laipsnių temperatūroje apie 15 minučių.

47 Minutės

4 porcijos

Angliavandeniai	19.01 g
Energija	251.15 kcal
Riebalai	11.73 g
Baltymai	13.45 g