



Ant griliaus keptos daržovės, gardintos daržovių sultiniu

Ingredientai

- 2 paprikų
- 1 kukurūzo
- 1 Cukinijos
- 1 Raudonojo svogūno
- 2 Pomidorų
- 1 g MAGGI BIO daržovių sultinio
- 1 a.š Aliejaus

Instrukcija

1. Daržoves supjaustome nemažais gabalais ir sudedame į dubenį. Apibarstome jas sutrupintu „Maggi“ sultinio kubeliu, pašlakstome alyvuogių aliejumi, pabarstome pipirais ir viską rankomis išmaišome, kad tolygiai pasidengtų.
2. Skaniausia tokias daržoves kepti ant grotelių, virš įkaitusių anglių. Tačiau galite jas paskleisti ir kepimo skardoje bei iškepti iki 190 °C įkaitintoje orkaitėje.

25 Minutės

3

| | |
|-----------------|-------------|
| Angliavandeniai | 81.32 g |
| Energija | 399.96 kcal |
| Riebalai | 5.62 g |
| Baltymai | 9.6 g |