



Запеченная цветная капуста



Пробовали запекать цветную капусту в духовке? Это вкусный, полезный и простой в приготовлении гарнир. Попробуйте - не



пожалееете!

В приготовлении данного блюда нет никаких особых нюансов. Все просто и понятно, если следовать фото-рецепту.

Капусту нужно брать где-то 15 — 18 см в диаметре.

Особо вкусное блюдо, когда теплое.

Ингредиенты:

Цветная капуста	0.5 кг.
Яйца	2 шт.
Сливки 10%	200 мл.
Сыр Моцарелла	50 гр.
Масло сливочное	20 гр.
Чеснок гранулированный	0.25 ч. л.
Соль	1 ч. л.
Перец молотый	1 по вкусу

Инструкция приготовления:



Перед началом приготовления нужно разогреть духовку до 200 градусов и подготовить форму для запекания. Капусту нужно тщательно вымыть и разобрать на соцветия. У меня достаточно большие кусочки (3 - 4 см в диаметре).



Форму для выпечки смазать сливочным маслом.



Выложить капусту в форму.



В отдельной емкости взбить яйца со сливками и приправить гранулированным чесноком, солью, перцем. Затем выливаем все к капусте, закрываем форму крышкой или фольгой и отправляем в духовку на 30 мин.



Снимаем крышку. Капуста уже готова, но ее нужно подрумянить.



Натираем на крупной терке Моцареллу или любой твердый сыр и отправляем без крышки в духовку на 7 - 8 мин.



Вытягиваем блюдо из духовки и даем ему немножко остыть. Приятного аппетита и на здоровье!