

Figi zapiekane z serem gorgonzola

Wskazówki

- Czas przygotowania: 15 minut
- 6 sztuk
- Wartość odżywcza 1 sztuki: 92 kcal \ B-3 g \ T-4 g \ W-12 g \ Bł-2 g
- Wartość odżywcza 100 g dania: 145 kcal \ B-4 g \ T-7 g \ W-19 g \ Bł-3 g

Składniki

- ✓ figi, świeże – 6 sztuk (300 g)
- ✓ ser gorgonzola – 1/3 opakowania (50 g)
- ✓ pistacje – 1 garść (20 g)
- ✓ pieprz – 1 szczypta
- ✓ miód – 1 łyżeczka (12 g)

Przygotowanie

1. Figi umyj dokładnie, obetnij ogonki i ponacinaj.
2. Ser pokrój na kawałki, a pistacje posiekaj.
3. Figi ułóż w naczyniu żaroodpornym, do środka dodaj ser (możesz użyć też camembert) i posyp pistacjami.
4. Całość dopraw pieprzem i skrop miodem.
5. Zapiekaj ok 12 minut w 200C.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/figi-zapiekane-z-serem-gorgonzola/>