Bruschetta z serem feta

Chrupiąca bułka, pomidor i ser feta to pyszne połączenie idealnie sprawdzające się podczas większych i mniejszych spotkań towarzyskich.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

10 bruschett

SKŁADNIKI:

50 g masła, roztopionego
1/4 szklanki oliwy z oliwek
10 kromek bułki
125 g sera feta, pokruszonego
2–3 ząbki czosnku, posiekane
1 łyżka posiekanej świeżej bazylii lub 1 łyżeczka suszonej
1 duży pomidor, bez nasion, drobno pokrojony

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać masło z oliwą. Posmarować kromki bułki z obu stron. Ułożyć na blasze do pieczenia. Piec 8–10 minut w temperaturze 180°C, aż się przyrumienią.

2) Wymieszać ser feta z czosnkiem i bazylią. Nałożyć na kromki, na wierzch położyć pokrojone pomidory. Piec jeszcze 8–10 minut.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 kromka zawiera: 296 kcal, 14 g tłuszczów (w tym 5 g NKT), 18 mg cholesterolu, 547 mg sodu, 35 g węglowodanów, 3 g błonnika, 8 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock