



Интересное и вкусное блюдо из кабачков из доступных продуктов. И праздничное блюдо, и на каждый день.

### **Ингредиенты:**

- кабачки - 1 кг
- мясной фарш - 500-600 г
- репчатый лук - 1-2 шт.
- помидоры - 2-3 шт.
- сметана - 100 г
- сыр - 100-150 г
- чеснок - 2-3 зубчика
- соль, перец - по вкусу
- зелень
- растительное масло

### **Рецепт приготовления блюда:**

Кабачки вымыть, обрезать хвостики и нарезать пластинами толщиной 0,5-0,7 см.



Обжарить пластины из кабачков на сковороде с небольшим количеством растительного масла или без него, например, на сковороде "гриль", посолить.



Лук мелко нарезать



и обжарить на сковороде с небольшим количеством растительного масла. Добавить фарш, немного обжарить и тушить 10-15 минут, посолить, поперчить.



Фарш (говядина, курица, свинина) смешать с мелко нарезанными луком, морковью, петрушкой и



побегом. Готовые пластины кабачков поместить немного фарша (на одну сторону)



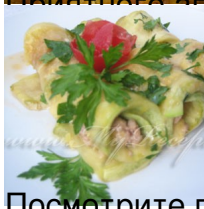
и скрутить рулетики.

Поместить рулеты в форму для запекания.



Мясо, лук, морковь и помидоры пропустить через мясорубку. Добавить соль и специи по вкусу. Соединить фарш с кабачком и свинкой и затем

Сыр натереть на терке и посыпать сверху кабачки.



Запекать блюдо из кабачков и фарша в предварительно разогретой духовке примерно

Помыть руки!

Посмотрите похожее блюдо - рулетики из баклажанов -

[Долма из баклажанов](#)

{loadposition Podelitjsa}{loadposition pohogie-vtoryie}{loadposition new}