

Tosty z serem kozim i grillowaną cukinią

Zbliża się wiosna wielkim krokiem, więc wkrótce trzeba będzie zrzucić trochę ciuchów dlatego najwyższy czas zrzucić kilka kilo 😊

Dzisiaj proponuję lekkie śniadanie, w wersji fit 😊

Potrzebujemy:

Chleb razowy, serek kozi – taki do smarowania, cukinia, sól, pieprz, olej, kilka listków dowolnej sałaty, ewentualnie dodatkowo szczypiorek.

Cukinie kroimy w grubsze plastry, przyprawiamy solą i pieprzem, skrapiamy olejem. Kromki chleba opiekamy w opiekaczu, a jeśli nie mamy to możemy upiec w piekarniku (10 min w 150C), ewentualnie możemy opiec z każdej strony na rozgrzanej suchej patelni. Cukinie grillujemy na patelni grillowej, albo na grillu elektrycznym, albo w piekarniku z opcją grill.

Opieczone tosty smarujemy serkiem, dekorujemy sałatą i układamy grillowane cukinie. Całość posypujemy szczypiorkiem.

Gwarantuję „niebo w gębie...”

