

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---



### Продукты для рецепта

- Мясной фарш - 1 кг.
- Помидоры - 800 гр.
- Перец - 1 шт.
- Кабачок - 1 шт.

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---

- Лук - 2 шт.
- Масло - 200 гр, Сыр - 100 гр.
- Соль, перец, специи



### Овощи

Кабачок и перец нарезаем кубиками.



### Помидоры

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---

Помидоры заливаем кипятком на 5 минут, чтобы легко их очистить.



### Томатный соус

Чистим помидоры и нарезаем кубиками.

Растопить 100 гр. масла в кастрюльке и выкладываем помидоры в масло.

Солим, перчим, нагреваем на среднем огне помешивая. Когда соус закипит, можно снимать с огня.

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---



**Тушим овощи**

На сковороде растопить сливочное масло, выложить овощи и лук в масло, солим, тушим 15 минут.



**Сыр**

Сыр трём на средней тёрке.

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---



**Овощи**

Тушёные овощи выкладываем на дно противня ровным слоем.



**Тефтели**

Фарш солим, перчим, формируем тефтели.

Выкладываем тефтели на овощи.

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---



**Тефтели**

Заливаем тефтели томатным соусом.



**Тефтели запеченные с кабачками, перцем под томатным соусом**

Посыпаем тефтели сыром, запекаем в разогретой до 180 градусов духовке 35-40 минут. Подаём

**Приятного аппетита!!!**

## Тефтели запечённые с кабачками, перцем, под томатным соусом

Добавил(а) Оля

01.07.10 03:25 - Последнее обновление 01.07.10 07:04

---

{kunena\_discuss:12}