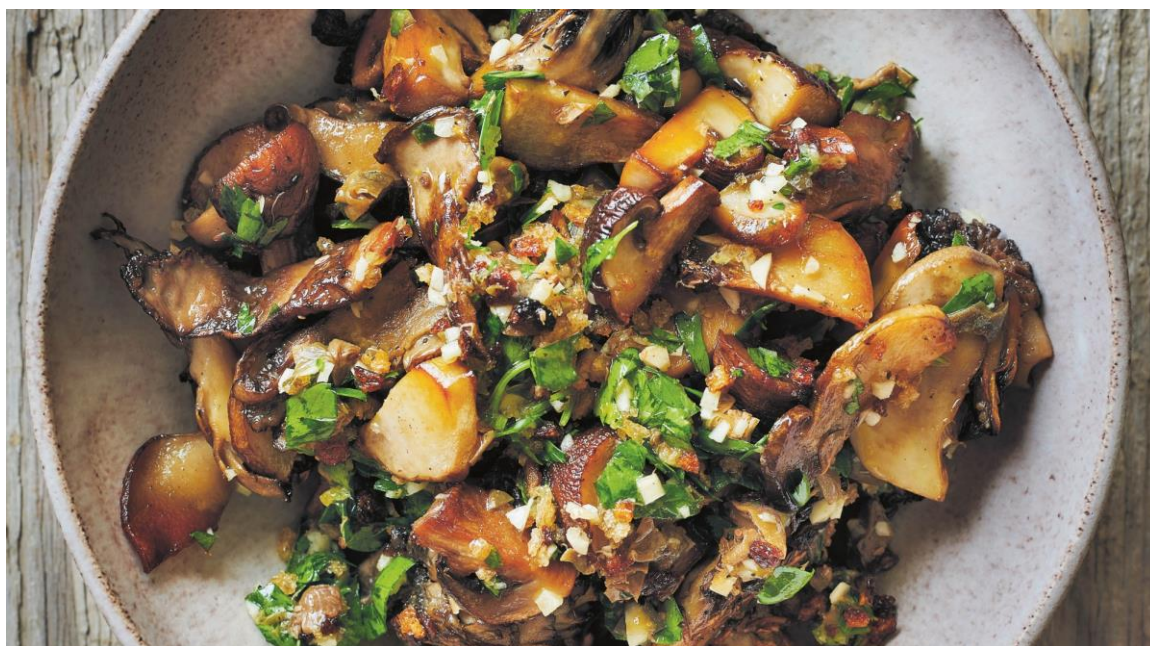


## ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ



### ΥΛΙΚΑ

400 gr. μανιτάρια καθαρισμένα και κομμένα σε φέτες

1 μέτριο κρεμμύδι λεπτοκομμένο

½ κόκκινη πιπεριά σε ραβδάκια

2 κ.σ. ελαιόλαδο

1 σκελίδα σκόρδο

60 gr. καπνιστή γαλοπούλα σε κυβάκια

½ φλ. ζωμός κοτόπουλου

6 παξιμαδάκια τριμμένα

3 κ.σ. κεφαλοτύρι

Αλάτι και πιπέρι

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Σωτάρετε στο ελαιόλαδο το κρεμμύδι, το σκόρδο, τα μανιτάρια, την πιπεριά και τη γαλοπούλα

- Σε ένα πυρέξ βάζετε τα σωταρισμένα υλικά και προσθέτετε τα παξιμαδάκια, το ζωμό, αλάτι και πιπέρι και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο για περίπου ένα τέταρτο.

- Λίγο πριν το βγάλετε από το φούρνο, το πασπαλίζετε με το κεφαλοτύρι

**Διατροφική ανάλυση ανά μερίδα**

<b>Θερμίδες</b>	117
<b>Υδατάνθρακες</b>	8 gr
<b>Πρωτεΐνη</b>	6 gr
<b>Λιπαρά</b>	7 gr