

## Картофель запеченный с соусом

Автор: Jaxa

28.06.2010 05:43 -

---



В нашем питании на первом месте стоит картофель-вкусный, полезный продукт. Из всех овощей он считается самым богатым источником энергии. Главными носителями энергии в нем является крахмал и сахар.

### Требуемые ингредиенты

- На 6 порций
- картофель 1кг.
- сыр твердый 150г.
- масло растительное 2ст.ложки
- помидоры 3шт
- листья зеленого салата
- Для соуса:
- сметана 250г.
- мука 1/2ст.ложки
- ветчина 100г.
- чеснок 4 зубчика

1.Поджаренную до светло-коричневого цвета мука разбавьте сметаной и доведите соус до кипения, добавьте мелко нарезанную ветчину и рубленый чеснок.

2. Кубики картофеля разрежьте пополам, выложите на разогретый с маслом противень, полейте приготовленным соусом и посыпьте тертым сыром. Запекайте до готовности.

3.При подаче картофель выложите на листья зеленого салата, оформите помидорами и зеленью.

.Время приготовления 50 минут.

*Приятного аппетита, JaxaLand.ru*

{comments on}