Бутерброды со шпротами и сыром

Сергей · 16.02.2024



Время готовки

20 минут

Сложность

Легко

Серверовка

4

Описание

Бутерброды с шпротами и сыром предлагают множество полезных свойств для вашего здоровья и вкуса. Шпроты являются отличным источником белка и здоровых жиров, которые способствуют укреплению мышц и улучшению обменных процессов в организме. Кроме того, они содержат множество микроэлементов, необходимых для нормального функционирования вашего тела. Сыр, напротив, является хорошим источником кальция, который способствует здоровью костей и зубов. Вкус бутербродов с шпротами и сыром очень разнообразен и захватывает любителей морепродуктов и сыра.

Ингредиенты

- хлеб белый - 8 кусков
- шпроты в масле - 1 банка
- сыр - 100 г

Способ приготовления

1. Кусочки хлеба разрезать пополам, разложить на противень, на каждую половинку выложить по две рыбки.
2. Сыр натереть на мелкой терке и посыпать сверху шпрот. Поставить бутерброды запекаться на 7 минут при температуре 200°С.
3. Подавать можно и теплыми, и холодными. По желанию украсить зеленым луком.