

# HOUBOVÁ BRUSCHETTA



Na  
10 mini  
bruschett

**Doba přípravy: 15 minut**

**Doba vaření: 10 minut**

## Suroviny:

- 2 polévkové lžíce olivového oleje
- 1 šalotka nebo malá cibule (50 g), oloupaná a nakrájená na kostky
- 200 g žampionů
- 20 g rukoly
- 1 čajová lžička citronové šťávy
- 1 lžička balzamikového octa
- Mletý černý pepř
- **Mevalia Mini Baguette**
- Několik listů rukoly na ozdobu

## Postup:

1. Očistěte houby a nakrájejte.
2. Na pánvi zahřejte 1 lžíci olivového oleje, přidejte cibuli a nakrájené žampiony, osmahněte na středním plameni až do hněda. Odstraňte ze zdroje tepla.
3. Předehřejte na 200/180 °C horkovzdušnou/ plynovou troubu.
4. Smíchejte jemně nasekanou rukolu s cibulí a žampiony. Přidejte citronovou šťávu, balzamikový ocet a zbývající olej a dochuťte pepřem.
5. Upečte **Mevalia Mini Baguette** dle návodu, nechte je vychladnout a podélně je rozpuťte.
6. Naplňte každou **Mevalia Mini Baguette** houbovou směsí, lehce zatlačte, umístěte na plech a pečte 10 minut v předehřáté troubě.
7. Podávejte ozdobené lístky rukoly.

## TIP:

Náplň může být udělána v předstihu a uchována v zakryté nádobě v lednici po dobu až 24 hodin.

<b>Celé množství</b>	Energie - 316 kcal	6,4 g bílkovin	202 mg Phe
<b>1 porce</b>	Energie - 32 kcal	0,6 g bílkovin	20 mg Phe
<b>Mevalia Mini Baguette (100g)</b>	Energie - 229 kcal	0,9 g bílkovin	23 mg Phe