

# Брюссельская капуста с беконом



Брюссельская капуста с беконом – прикольная такая закуска на шпажках и в тоже самое время весьма питательная (бекон) и полезная (брюссельская капуста) и вкусная (всё вместе – няма).

#пища #капуста #бекон #food #cabbage #bacon

## Брюссельская капуста с беконом. Ингредиенты:

Капуста брюссельская (замороженная) - 500 граммов

Масло оливковое – 2 столовые ложки

Чеснок – 2 зубчика

Тимьян – 1 чайная ложка

Цедра лимона – 1 щепотка

Перец черный молотый – 0.5 чайной ложки

Соль – 0.5 чайной ложки

Бекон – 400 граммов холодного копчения



## **Брюссельская капуста с беконом. Приготовление:**

Капусту разморозить.

Смешать в миске оливковое масло с тимьяном и лимонной цедрой, молотым чёрным перцем, солью и с измельчённым чесноком.

В получившуюся ароматную смесь выложить кочанчики брюссельской капусты и хорошенько перемешать, чтобы вся капуста была



покрыта смесью со всех сторон.

На каждый ломтик бекона выложить по кочанчику капусты и завернуть. Зубочисткой скрепить в месте соединения краев бекона, протыкая всё вместе насквозь.

Форму для запекания выстелить бумагой для выпечки, на неё выложить кочанчики, завернутые в бекон.

В духовке запекать при 200 градусах Цельсия 25-30 минут, в мультиварке – 40-45 минут в режиме “Выпечка”.

Рецепт найден [здесь](#).



[Салат из тунца с сельдереем.](#) Салат из тунца с сельдереем для меня эксперимент абсолютно непонятный. Хотя и признан вполне съедобным. Впрочем, если вам по нраву сельдерей...

[Десерт из ряженки с бананом.](#) Десерт из ряженки с бананом –

прекрасный вариант для завтрака. А в нашем случае ещё и замечательная возможность скушать немного клюквочки. Очень-но клюква полезна для почек.

[Гречневые тарталетки](#). Гречневые тарталетки – изумительный вариант для завтрака, обеда или ужина. Всё зависит от того, когда есть время. И, естественно, немного желания разнообразить свой стол.

Я в [Моём мире](#), [Одноклассниках](#), [Фейсбуке](#), [Вконтакте](#), [Твиттере](#), [Гуглоплюсе](#), [Инстаграме](#).