



Fokhagymás-bolognais vendégváró falatkák

Hozzávalók

- 1 ek olívaolaj
- 1 gerezd fokhagyma
- 2 db paradicsom
- 1 csokor bazsalikom
- 1 db bagett
- 1 üveg Maggi Klasszikus bolognai szósz

Elkészítés

1. A kenyeret felszeljük, és megpirítjuk kevés olívaolajon egy serpenyőben.
2. Ha elkészült, vastagon bedörzsöljük fokhagymával.
3. A Bolognai szósz egy serpenyőben lassú lángon felmelegítjük, hogy egy kicsit elpárologjon a nedvességtartalma, és könnyebben tudjuk kenni. Ha elkészült, megkenjük vele a pirított kenyereket.

Tápérték adatok

Szénhidrát	29.24 g
Energia	189.72 kcal
Zsír	5.3 g
Fehérje	6.8 g
Telített zsírok	0.78 g

20 Perc

4 adag