ЗАКУСКА

Пълнозърнести сандвичи с извара и печени чушки



Мек и засищащ сандвич за закуска, в който пълнозърнестият хляб се съчетава с кремообразна извара и сладост от печени чушки. Лесен за приготвяне и удобен за детска ръчичка.

Подготовка: 10 мин **Готвене:** 30 мин **Общо:** 40 мин **Порции:** 2
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен

Съставки

- 4 филии пълнозърнест хляб
- 150 гр. извара
- 1 голяма червена чушка
- 1 ч.л. зехтин
- 1 с.л. кисело мляко
- Малко пресен магданоз (по желание)

Начин на приготвяне

1. Загрейте фурната на 200°C.
2. Измийте чушката, сложете я в тава и я намажете леко със зехтина.
3. Печете чушката 25-30 минути, докато омекне и покафенее на места, като я обръщате веднъж.
4. Извадете чушката, оставете я да изстине, обелете кожицата и отстранете семките.
5. Нарежете печената чушка на много ситни парченца.
6. В купичка смесете изварата с киселото мляко до получаване на кремообразна смес.
7. Прибавете нарязаната чушка към изварата и разбъркайте добре.
8. Намажете филиите пълнозърнест хляб с получената смес.
9. При желание поръсете с малко ситно нарязан магданоз и затворете сандвичите.
10. Нарежете сандвичите на малки, удобни за хващане парченца, преди да поднесете на детето.

Съхранение

- Съхранявайте готовите сандвичи в плътно затворена кутия в хладилника до 1 ден.
- Пълнежът от извара и печена чушка може да се съхранява отделно в хладилник до 2 дни в плътно затворен съд.

Съвети

- Можете да добавите няколко листенца пресен спанак за повече цвят.
- За по-изразен вкус поръсете изварата с малко ситно нарязан пресен магданоз.
