Капустная запеканка с мясом - вкусный перекус в конце рабочего дня

Ингредиенты:

Кочан капусты - 1/2 шт.
Куриный фарш -500 г
Лук - 1шт.
Яйца - 2 шт.
Томатная паста - 2 ст. л
Йогурт без добавок - 100 мл
Соль
Перец

Приготовление:

1. Капусту тонко нашинковать и отправить в кипящую воду на 10 минут.
2. Лук нарезать полукольцами и тушить на сковороде с растительным маслом до мягкости.
3. Добавить фарш и готовить, пока мясо не побелеет. Йогурт смешать с томатной пастой, посолить и поперчить.
4. Смазать растительным маслом форму для выпечки, выложить в нее половину капусты и фарш, равномерно распределить 1/2 йогуртового соуса.
5. Выложить оставшуюся капусту, полить йогуртом и смазать взбитыми яйцами.
6. Выпекать в разогретой до 180 градусов С духовке 30-40 минут.

Источник cтатьи: [lady.ru](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Flady.ru&post=-59118674_25140)

Приятного аппетита!

