



BRUSCHETTE CALDE CON POMODORI E MOZZARELLA LIGHT

 10 minuti
 10 minuti
 4 porzioni

INGREDIENTI

- 400 grammi di pane comune da bruschetta
- 400 grammi di passata di pomodoro al basilico
- 2 porzioni di mozzarella a ridotto contenuto di grassi (250 g)

COME PREPARARE LA RICETTA

1° Disporre le fette di pane su di una placca da forno e guarnire con la passata di pomodoro. Aggiungere la mozzarella tagliata a cubetti o il formaggio a pasta morbida preferito (stracchino, gorgonzola...). Infornare a forno ventilato a 180°C per 20 minuti circa.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (263 g)	% AR
ENERGIA	145 kcal	380 kcal	19 %
PROTEINE	11 g	28 g	57 %
CARBOIDRATI	21 g	54 g	21 %
ZUCCHERI	1 g	3 g	4 %
LIPIDI	2 g	6 g	9 %
GRASSI SATURI	2 g	4 g	21 %
FIBRE ALIMENTARI	1 g	3 g	10 %
SODIO	259 mg	680 mg	28 %