

# Пирог с курицей и грибами



На 100 грамм:  
Калорийность: **104,33 ккал.**  
Белки: **11,46 г.**  
Жиры: **3,17 г.**  
Углеводы: **6,92 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pirog-s-kuricej-i-gribami/>

## Ингредиенты:

*для основы:*

- 2 яйца
- соль по вкусу
- 80 гр ржаной муки
- 1/3 ч.л разрыхлителя
- 20 гр ц/з пшеничной муки
- 120 гр натурального йогурта

*для начинки:*

- 1 луковица
- 100 гр сыра
- 20 гр зелени
- 400 гр шампиньонов
- 300 гр куриного филе
- соль, специи по вкусу
- 2 ст.л натурального йогурта

## Приготовление:

Ингредиенты для основы смешиваем миксером и выливаем в форму (силиконовую), если нет хорошей формы, чтобы не пригорало, постелите пергамент или смажьте каплей масла. .

Выпекаем при 180С 15 минут. В это время готовим начинку. .

Филе измельчаем в блендере, добавляем половину зелени, смешиваем. .

Сыр трём, грибы и лук нарезаем. На сухой сковороде обжариваем лук до прозрачности, добавляем фарш из филе и грибы, немного солим и посыпаем специями. .

Добавляем йогурт и тушим около 15 минут. .

Выкладываем начинку на основу, разравниваем, посыпаем оставшейся зеленью и тертым

сыром. .

Отправляем обратно в духовку и запекаем до готовности, смотрите по духовке. .

Сыр должен подрумяниться. Готово!