



## Ζυμαρικά φούρνου

10'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

15'

Χρόνος  
Ψησίματος

2-4

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας



### Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Σε ένα **μπολ** ανακατεύουμε τα βρασμένα спаγγέτι, τη σάλτσα ντομάτας, τον μαϊντανό και τα αδειάζουμε σε ένα πυρίμαχο σκεύος 20x25 εκ.
- Πασπαλίζουμε με την τριμμένη μοτσαρέλα και πιπέρι.
- Ψήνουμε στον φούρνο για 10-15 λεπτά.
- Αφαιρούμε από τον φούρνο και σερβίρουμε με ψιλοκομμένο μαϊντανό.

### Συστατικά

- 250 γρ. спаγγέτι, βρασμένα
- 300 γρ. [σάλτσα ντομάτας](#)
- 1/4 ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένο + έξτρα για το σερβίρισμα
- 150 γρ. μοτσαρέλα, τριμμένη
- πιπέρι

### Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

253 Θερμίδες (kcal)	12.0 Λιπαρά (γρ.)	5.8 Κορ.Λίπη (γρ.)	23.0 Υδατ/κες (γρ.)
13%	17%	29%	9%
4.2 Σάκχαρα (γρ.)	12.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.2 Φυτικές Ινες (γρ.)	0.41 Αλάτι (γρ.)
5%	24%	9%	7%