



roasted zucchini and tomatoes

- 3 medium zucchini
- 10 grape tomatoes
- 2 tablespoons olive oil
- 1 tablespoon garlic powder
- 1 teaspoon Italian herbs
- ½ cup shredded parmesan cheese

Step 1 Cut zucchini into slices. Cut tomatoes into halves.

Step 2 Combine zucchini, tomatoes, oil, garlic powder and Italian herbs in a bowl.

Step 3 Spread vegetables on a metal baking sheet. Sprinkle with cheese, salt and black pepper. Roast in 400° oven for 20 to 25 minutes.



© Nutrition Matters, Inc.
All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.



zucchini y tomates asados

- 3 zuchinis medianos
- 10 tomates tipo uva
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de ajo en polvo
- 1 cucharadita de hierbas italianas
- ½ taza de queso parmesano rallado

Paso 1 Corta el zucchini en rodajas. Corta los tomates por la mitad.

Paso 2 Mezcla en un bol el zucchini, los tomates, el aceite, el ajo en polvo y las hierbas italianas.

Paso 3 Coloca la verdura en una placa de metal para horno. Rocía con queso, sal y pimienta negra. Hornéalas a 400° entre 20 y 25 minutos.



© Nutrition Matters, Inc.
All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.