

Адыгейский сыр



На 100 грамм:
Калорийность: **66,37 ккал.**
Белки: **4,17 г.**
Жиры: **3,55 г.**
Углеводы: **4,28 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/adygejskij-syr/>

Ингредиенты:

- 1 л кефира (до 1%)
- 1 л молока (до 1,5%)
- 4 яйца
- 3 ч л соли

Приготовление:

Молоко и кефир вылить в кастрюлю, поставить на средний огонь. Когда начнет отделяться сыворотка, тонкой струйкой влить чуть взбитые вилкой яйца, добавить соль, перемешать. Довести до кипения и проварить еще минут 7-10, периодически помешивая. Здесь можно добавить любой набор специй, какие нравятся. Слить массу на дуршлаг, застеленный марлей. Подождать пока жидкость стечет и будущий сыр остынет. Хорошенько отжать, плотно завязать и оставить на ночь, можно не в холодильнике. Очень нежный вкус!