

Банановый пудинг в мультиварке



На 100 грамм:
Калорийность: **108,59 ккал.**
Белки: **4,21 г.**
Жиры: **1,84 г.**
Углеводы: **18,01 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/bananovyj-puding-v-multivarke/>

Ингредиенты:

- банан - 4 шт
- манная крупа - 0,5 стакана
- молоко - 1 стакана
- яйцо - 2 шт

Приготовление:

Сначала смешиваем молоко и яйца: это можно сделать вручную или с помощью блендера. Затем добавляем к получившейся смеси манную крупу и еще раз тщательно взбиваем. После этого очищаем бананы, нарезаем их кружками и выкладываем в форму для запекания. Заливаем бананы получившейся смесью и ставим в мультиварку приблизительно на 40 минут. Когда пудинг будет готов, его нужно достать из мультиварки и дать слегка остыть. При этом жидкость, образовавшаяся в процессе приготовления и выступившая по краям блюда, впитается обратно. После этого пудинг можно разрезать на кусочки и подавать к столу.