

Бельгийские пп-вафли



На 100 грамм:
Калорийность: **153.36 ккал.**
Белки: **9.04 г.**
Жиры: **5.34 г.**
Углеводы: **16.38 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/belgijskie-pp-vafli/>

Ингредиенты:

- 200 гр творога пастообразного 5%(в брикете)
- 100 гр муки(взяла рисовую)
- 2 яйца
- щепотка соли
- 2 пакетика фитпарада
- 1/2 ч.л разрыхлителя
- 75 мл молока
- ванилин 1 пакетик

Приготовление:

Творог, яйца, ванилин, молоко, и сах.зам смешать блендером до однородного состояния. В отдельной посуде смешать все сухие ингредиенты(мука, разрыхлитель и соль). Соединяем сухие и жидкие ингредиенты, и выпекаем в вафельнице (в своём мультипекаре от редмонд выпекала 7 мин).

Готово приятного аппетита, и отличного всем дня!