

Быстрые оладьи из моркови и яблока



На 100 грамм:
Калорийность: **58,06 ккал.**
Белки: **3,61 г.**
Жиры: **0,65 г.**
Углеводы: **9,43 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/bystrye-oladi-iz-morkovi-i-yabloka/>

Ингредиенты:

- 1 морковь
- 1 яблоко
- 1 ст. л. овсяных отрубей
- 2 белка
- щепотка изюма

Приготовление:

Трем овощ и фрукт, добавляем белки, отруби, изюм. Все перемешиваем, отправляем в духовку при 180 градусов на 30 минут.