

# Быстрый яблочный пирог без муки



На 100 грамм:  
Калорийность: **63,31 ккал.**  
Белки: **2,78 г.**  
Жиры: **0,81 г.**  
Углеводы: **10,87 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/bystryj-yablochnyj-pirog-bez-muki/>

## Ингредиенты:

- яблоки зеленые 2 шт
- белок яичный 4 шт
- молотые овсяные хлопья 12,5 ст. л. без горки
- сок лимонный 1 ч. л
- стевия по вкусу

## Приготовление:

Моем яблоки, по желанию срезаем кожицу, удаляем сердцевину и режем мякоть небольшими кусочками.

Форму смазываем слегка маслом. Выкладываем яблоки ровным слоем, сверху поливаем их лимонным соком.

Взбиваем белки, добавляем овсяные хлопья и стевию. Тесто должно получиться довольно густым. Заливаем им яблоки и разравниваем поверхность, после чего отправляем пирог в духовку. Время приготовления примерно 20 минут, но это зависит от вашей духовки.

После приготовления даем пирогу постоять в форме 5-10 минут, после чего переворачиваем его и выбиваем из формы, затем переворачиваем в исходное положение. На стол подаем уже полностью остывшим.