

# Диетический творожно-овсяно-клубничный тортик



На 100 грамм:  
Калорийность: **122 ккал.**  
Белки: **10,2 г.**  
Жиры: **5,9 г.**  
Углеводы: **6,7 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/dieticheskij-tvorozhno-ovsyano-klubnichnyj-tortik/>

## Ингредиенты:

корж:

- 100 г овсянки
- 1 яйцо
- 100 г клубники (или любых других ягод/фруктов на свой вкус) все это перемешиваем

прослойка:

- 250 г мягкого творога (кремообразного, типа валио 0,3%)
- 10 г изюма
- корица
- ванилин

## Приготовление:

Все ингредиенты для коржа смешать вместе.

В форму сначала выкладываем тесто для коржа, ставим на 5-10 минут в духовку.

Затем сверху выкладываем творожную массу и еще на 25-30 минут. Выпекать при небольшой температуре чтобы не пригорело.

Когда чуть остынет, разрезаем пополам и кладем половины друг на друга, чтобы получилось 4 слоя.