Кабачково-сырные оладьи

На 100 грамм:
Калорийность: **115,35 ккал.**
Белки: **6,78 г.**
Жиры: **6,28 г.**
Углеводы: **9,27 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/kabachkovo-syrnye-oladi/

Эти оладьи уникальны тем, что готовятся в духовке, а не жарятся на масле. Однако, моя духовка согласилась выпекать только одну порцию оладьев, а остальные пришлось пожарить на сковороде. На фотографии можно увидеть разницу, приготовленные в духовке более тонкие, а жареные на сковороде более пышные. Выбирайте, какие вам больше нравятся, и те и те очень вкусные! Если вы на диете, готовьте оладьи в духовке.

Ингредиенты:
- 250 г кабачков или цуккини
- 125 г натурального йогурта без добавок
- 100 г моцареллы
- 2 яйца
- 3 ст.л. муки
- 1 ч.л. разрыхлителя
- соль, перец, зелень чесночный порошок – по вкусу

Приготовление:
Кабачок моем и натираем на крупной терке.
Солим и даем постоять 5 минут, после чего отжимаем.
Моцареллу натираем на терке.
К кабачку добавляем яйца, йогурт, сыр, зелень, соль, перец и чеснок в порошке.
Затем добавляем муку с разрыхлителем и тщательно перемешиваем.
Противень застилаем пекарской бумагой или силиконовым ковриком и аккуратно выкладываем тесто на расстоянии друг от друга.
Отправляем в разогретую до 200 градусов духовку на 15 минут до золотистого цвета.
Подавать следует горячими со сметаной.