

Кнедлики



На 100 грамм:
Калорийность: **88,44 ккал.**
Белки: **12 г.**
Жиры: **1,66 г.**
Углеводы: **5,75 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/knedliki/>

Ингредиенты:

- 250 гр творога (рассыпчатый, домашний)
- 20 гр манной крупы
- 1 яйцо
- ванилин
- клубника nbsp;

Приготовление:

Все хорошенько измельчить блендером и оставить на ночь в холодильнике.

Сформируйте из творожного теста лепешки, в серединку положите клубнику (либо другую ягоду) , накройте тестом.

Отварить в слегка кипящей воде 5-7 минут.

Подавайте со сметаной, натуральным йогуртом или любимым джемом, можно посыпать сахарной пудрой или маком).