

## Ленивые вареники из творога



На 100 грамм:  
Калорийность: **158.5 ккал.**  
Белки: **14.95 г.**  
Жиры: **4.8 г.**  
Углеводы: **13.12 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/lenivye-vareniki-iz-tvoroga/>

### Ингредиенты:

- яйцо куриное 2 шт.&nbsp;&nbsp;&nbsp;
- творог 2% - 180.0 грамм
- крупа манная - 3 ст.л

### Приготовление:

Все ингредиенты перемешать и на ночь в холодильник. А если утром замесили, то минут на 20-25 в морозилку.

Затем посыпать стол манкой и сделать из этой массы творожной колбаску, разрезаем на маленькие части и в кипящую воду. Варить 5 минут после закипания.

При подаче полить вареньем.