

Морковные пряники с начинкой из сухофруктов



На 100 грамм:
Калорийность: **110,08 ккал.**
Белки: **5,9 г.**
Жиры: **2,94 г.**
Углеводы: **15,7 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morkovnye-pryaniki-s-nachinkoj-iz-suhofruktov/>

Ингредиенты:

- морковь (крупная) 2 шт
- апельсин 1 шт
- яйца 2 шт
- отруби 4 ст. ложки
- курага, изюм, финики по вкусу
- сода на кончике ножа

Приготовление:

Измельчите в блендере морковь, апельсин, яйца и отруби. Сформируйте шарик, внутрь положите сухофрукты. Можно также смолоть начинку вместе с остальными ингредиентами. Получившиеся прянички выложите на лист пергамента или силиконовый коврик. Отправьте в духовку на 20 минут. В результате должны получиться сладкие, вкусные и сочные лакомства без сахара.

Выпекать при температуре 180С.