

Морковный пп-пирог



На 100 грамм:
Калорийность: **143,42 ккал.**
Белки: **5,17 г.**
Жиры: **3,02 г.**
Углеводы: **24,63 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morkovnyj-pp-pirog/>

Ингредиенты:

- банан - 2 шт
- морковь - 3-4 шт
- яйца - 3 шт
- кефир - 1 стакан
- мед - 3-4 ст. ложки
- мука овсяная (можно кукурузную) - 1 стакан
- сода - 1/2 ч.л

Приготовление:

В 1 стакан кефира добавляем соду и даем постоять 10-20 минут, чтобы пирог был пышнее. Трем морковь на мелкой терке. Взбиваем яйца с медом, вливаем это в смесь с тертой морковью, бананы перемалываем блендером или вилкой, добавляем в морковь, вливаем кефир и тщательно перемешиваем. Заливаем тесто в форму и выпекаем при 170 С 40-50 минут. (Можно в мультиварке в режиме Выпечка - 1 час)