

# Морковный тортик с бананово-творожным кремом!



На 100 грамм:  
Калорийность: **96 ккал.**  
Белки: **7,5 г.**  
Жиры: **2,5 г.**  
Углеводы: **11 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morkovnyj-tortik-s-bananovo-tvorozhnym-kremom1/>

## Ингредиенты:

для бисквита:

- 4 больших морковки (360г)
- горсть кураги
- 2 ст. ложки муки ( у меня 1 кукурузная, 1 овсяная)
- 3 яйца
- 2-3 ст л йогурта
- щепотка соли
- щепотка соды

для начинки:

- 200 гр. творога жирностью 1,8%
- 0.5 ст йогурта ( сметаны 10%)
- 1 банан
- 1 ч.л. желатина
- ванилин
- сахарозаменитель по вкусу

## Приготовление:

Морковь + курага измельчить в блендере, потушить в сковороде.

Желтки смешать с мукой и йогуртом, добавить тушеную смесь, + взбитые белки с солью. Все перемешать.

Вылить на противень и печь мин 25.

Начинка:

В пол стакана йогурта растворить желатин. ( я это делаю в микроволновке) Добавить творог и размешать.

Разрезать на 4 части коржик, промазать начинкой, выстелить пластиками банана и в холодильник на пару часов для застывания желатина.