Очень вкусные яблоки с творогом

На 100 грамм:
Калорийность: **55,62 ккал.**
Белки: **3,91 г.**
Жиры: **0,92 г.**
Углеводы: **7,44 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/ochen-vkusnye-yabloki-s-tvorogom/

Маленький творожный праздник на скорую руку! И конечно же низкокалорийный!

Ингредиенты:
- 5 шт. яблок
- 200 г творога обезжиренного
- 100 г натурального йогурта
- 1 лайм или половинка лимона
- 1 яйцо
- изюм по вкусу

Приготовление:
Очистить и нарезать яблоки (нарезать можно любыми вариантами) и сбрызнуть соком лайма. Смешать творог, йогурт,изюм, яйцо в блендере до получения воздушной массы. Выложить яблоки в форму и залить полученной смесью. Поместить в нагретую до 180 *С духовку и выпекать 20-30 минут.