Пате из творога оливок и креветок

На 100 грамм:
Калорийность: **82,7 ккал.**
Белки: **13,38 г.**
Жиры: **2,6 г.**
Углеводы: **1,74 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/pate-iz-tvoroga-olivok-i-krevetok/

Ингредиенты:
- 250 г творога
- 20 г тертого сыра (хорош пармезан)
- 15 оливок без косточек
- 50-70 г вареных креветок
- 2 белка
- половинка помидора
- соль, перец, базилик и мускатный орех

Приготовление:
Взбить творог с сыром и белками. Приправить солью, перцем, имбирем. На дно формы выложить порезанные кружочками помидоры, затем смесь, разровнять поверхность смоченной в воде лопаткой.
Сверху выложить креветки, маслины и слегка вдавить из внутрь. Посыпать базиликом и мускатным орехом.
Запечь в разогретой духовке при 200С 25 минут.
Подавать теплым или холодным.