

Пицца с глазуньей



На 100 грамм:
Калорийность: **169.97 ккал.**
Белки: **13.21 г.**
Жиры: **9.98 г.**
Углеводы: **6.21 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/picca-s-glazunej/>

Ингредиенты:

основа:

- 2 ст.л овсяных отрубей
- 2 ст.л творога обычного
- 1 большое яйцо
- 1 ч.л дрожжей
- соль и сахзам по щепотке

начинка:

- 1 пластик разрешенной ветчины
- 1 ст.л творога (у меня домашняя рикотта)
- 1 ст.л йогурта
- горстка дю-сыра если есть
- 1/4 ч.л чесночного порошка
- 2 яйца (в идеале 2-4 перепелиных)
- зеленый лук

Приготовление:

Для теста смешаем все ингредиенты (должны быть комнатной температуры).

Распределяем на пергаменте и выпекаем в предварительно разогретой до 180 градусов духовке в течении 5-7 минут.

Для начинки смешиваем творог, йогурт, соль и специи.

Намазываем на основу, посыпаем ветчиной, сыром, зеленым луком.

Сверху вбиваем по яйцу и отправляем обратно в духовку на 15-20 минут, в зависимости от того какой желток вы любите.