

Пирог с курицей, болгарским перцем и творожной заливкой



На 100 грамм:
Калорийность: **116,53 ккал.**
Белки: **10,75 г.**
Жиры: **3,17 г.**
Углеводы: **11,19 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pirog-s-kuricej-bolgarskim-percem-i-tvorozhnoj-zalivkoj/>

Ингредиенты:

для теста:

- мука пшеничная ц/з 130 гр
- мягкий творог (у меня 4%) 50 гр
- соль по вкусу
- оливковое масло 7 гр
- яйцо 1 шт

Для начинки:

- Перец болгарский 2шт
- Куриная грудка 200 гр
- Соль, специи по вкусу

Для заливки:

- Яйцо 2 шт
- Натуральный йогурт 200 мл
- Творог в брикете 150 гр
- Соль по вкусу

Приготовление:

Тесто: Муку смешать с солью, добавить к ней масло, творог и яйцо. Вымесить эластичное тесто.

Начинка: Перец и куриную грудку нарезать на небольшие кусочки. Обжарить вместе до

готовности.

Заливка: Яйца смешать с творогом, йогуртом, солью.

Формируем пирог. Тесто тонко раскатать. Форму для запекания смазать небольшим количеством масла и выложить на неё тесто, сформировав бортики. Сверху на тесто выложить куриную начинку и залить яично-творожной смесью. Выпекать в разогретой до 180 градусов до румяной корочки (~45 мин.). Остудить.