

# Пирог с тушеной капустой



На 100 грамм:  
Калорийность: **163.6 ккал.**  
Белки: **6 г.**  
Жиры: **2.66 г.**  
Углеводы: **28.46 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pirog-s-tushenoj-kapustoj/>

## **Ингредиенты:**

- кефир 1 стакан
- яйцо 1 шт
- сода 0,5 ч. л
- мука (пополам цельнозерновая) 1,5 стакана
- соль 1 щепотка
- сахар 1 ч. л
- тушеная капуста 300 г

## **Приготовление:**

Смешать все компоненты для теста.

Форму смазать растительным маслом. Вылить тесто, разровнять, сверху выложить капусту.

Печь в мультиварке в режиме "Выпечка" 1,5 часа или в духовке при 200С около 40 минут