Рулет с творожной начинкой

На 100 грамм:
Калорийность: **138.33 ккал.**
Белки: **9.32 г.**
Жиры: **4.65 г.**
Углеводы: **12.64 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/rulet-s-tvorozhnoj-nachinkoj/

Ингредиенты:
- 3 листа лаваша армянского
- 400 г творога нежирного
- 3 зубка чеснока
- 1 большой пучок укропа
- 200 г нежирной сметаны
- 0,5 банки маслин
- соль

Приготовление:
Первый лист лаваша намазать тонким слоем сметаны. Сверху положить второй лист и тоже намазать слоем сметаны. Накрыть третьим слоем, на который уложить творожную начинку: Творог протереть сквозь сито, пропустить чеснок через пресс и смешать с творогом, добавить мелко нарезанные маслины и измельченный укроп.
Аккуратно свернуть рулет, завернуть в пищевую пленку и поставить в холодильник на 2 часа. После этого аккуратно острым ножом нарезать на кусочки.