

Рулетики из лаваша с яблоками



На 100 грамм:

Калорийность: 59.41 ккал.

Белки: **0.62 г.** Жиры: **1.03 г.** Углеводы: **11.25 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/ruletiki-iz-lavasha-s-yablokami/

Ингредиенты:

- лаваш (тонкий) 1 лист
- яблоко 23 шт
- сахар 2 ч. л. (или используем стевиозид)
- корица по вкусу
- масло растительное 1 ст.л

Приготовление:

Яблоки помыть. Натереть на крупной терке прямо со шкуркой. Добавить сахар/сахарозаменитель и корицу по вкусу. Перемешать. Начинка готова.

Лаваш поделить на кусочки. Выложить начинку на листик и завернуть конвертиком. Сразу же жарить на небольшом количестве масла, а то лаваш может раскиснуть.

Жарить рулетики из лаваша на среднем огне 2-3 минуты, затем перевернуть и жарить еще 2-3 минуты.