

Шоколадное безе



На 100 грамм:
Калорийность: **325.76 ккал.**
Белки: **3.73 г.**
Жиры: **5.19 г.**
Углеводы: **66.96 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/shokoladnoe-beze/>

Ингредиенты:

- 3 яичных белка
- 200 мл сахара
- 50 г растопленного шоколада

Приготовление:

В чистой миске взбейте белки с сахаром до устойчивых пиков. Добавьте растопленный шоколад и слегка перемешайте. Столовой ложкой выложите порции крема на подготовленный противень и выпекайте около 50 минут при 50 С до хрустящей корочки.