Творожная запеканка с томатами и чесноком

На 100 грамм:
Калорийность: **52,74 ккал.**
Белки: **10,57 г.**
Жиры: **0,08 г.**
Углеводы: **2,58 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnaya-zapekanka-s-tomatami-i-chesnokom/

Ингредиенты:
- мягкий 1% творог 500 г
- томаты 2-3 шт
- чеснок 2 зубчика
- петрушка пучок
- паприка
- 2 белка яичных (можно вместе с желтком, но калорийность увеличится)

Приготовление:
В мягкий творог добавляем веточку рубленной петрушки, измельченный чеснок, паприку. Взбиваем белки и добавляем в творог.
Сверху аккуратно выкладывает томаты , присыпаем паприкой и в духовку пока не подрумянится.