Творожно-кокосовая запеканка

На 100 грамм:
Калорийность: **132,56 ккал.**
Белки: **10,87 г.**
Жиры: **6,66 г.**
Углеводы: **7,08 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-kokosovaya-zapekanka/

Ингредиенты:
- творог низкой жирности 200 гр
- яйцо куриное 2 шт
- кокосовая стружка 3 ст.ложки
- мед 2 ч. ложки
- груша 1 шт

Приготовление:
Смешать все ингредиенты, предварительно нарезав грушу.
Смазать форму каплей масла, выложить в нее творожную массу и отправить выпекать в духовку на 25 минут при температуре 180 градусов.