

Творожно-овсяный пирог



На 100 грамм:
Калорийность: **162 ккал.**
Белки: **9 г.**
Жиры: **3 г.**
Углеводы: **26 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-ovsyanyj-pirog/>

Ингредиенты:

- овсяные хлопья 200 г
- творог обезжиренный 200 г
- яйца 100 г
- кефир 250 г
- чернослив 50 г
- курага 50 г
- изюм 50 г
- сода 0,5 ч. л

Приготовление:

Смешать кефир, яйца и творог, добавить гашеную соду и геркулес, тщательно перемешать и дать геркулесу набухнуть в течение 15 минут.
Добавить изюм и нарезанные чернослив и курагу.
Выложить тесто в застеленную пергаментом форму и поставить в разогретую духовку на 25-30 минут.