

# Творожно - сырная пицца



На 100 грамм:  
Калорийность: **60.57 ккал.**  
Белки: **10.94 г.**  
Жиры: **1.14 г.**  
Углеводы: **1.79 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-syrnaya-picca/>

## Ингредиенты:

- творог обезжиренный 400гр
- сыр 17% 50гр
- шампиньоны 100гр
- яичный белок 3 шт
- помидор 200гр
- базилик 30гр
- укроп 30гр
- соль и специи по вкусу

## Приготовление:

Сыр трем на крупной терке.

Смешиваем творог, сыр и белки.

Форму для выпекания по минимуму мажем оливковым маслом. Выкладываем на нее кольцами порезанные помидоры, соль и специи по вкусу, половину мелко нарезанного базилика.

Выкладываем сверху творожную массу, разравниваем.

Сверху выложить нарезанные пластинками шампиньоны. Посыпать базиликом, зеленью и поперчить.

Отправляем в заранее разогретую духовку. И печем при температуре 180 градусов до готовности. Ориентируйтесь на 20 - 25 минут, около того.