

Творожно-яблочная запеканка с корицей



На 100 грамм:
Калорийность: **167,57 ккал.**
Белки: **8,37 г.**
Жиры: **6,63 г.**
Углеводы: **19,42 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-yablochnaya-zapekanka-s-koricej/>

Ингредиенты:

- творог 250 г
- крупа манная 5 столовых ложек
- яйцо куриное 1 штука
- корица молотая 3 чайные ложки
- масло оливковое 2 столовые ложки
- сода гашеная 1,5 г
- яблоки 1 штука
- пудра сахарная 3 чайные ложки
- кефир 150 мл

Приготовление:

Смешать творог, пудру, яйцо, манку, кефир, 1 ложку масла, добавить гашеную соду, все перемешать до однородной консистенции.

Нагреть духовку и форму для выпечки, застелить пергаментом и посыпать тонким слоем манки.

Порезать яблоко кубиками, всыпать в тесто. Еще раз все перемешать.

Выложить массу в форму, сбрызнуть оливковым маслом и посыпать корицей. Запекать на среднем огне (180–200 градусов) в духовке 40 минут, до появления золотистой корочки сверху.

Вкуснее всего подавать со взбитыми сливками, но можно и со сметаной, вареньем, сгущенкой.

Все рецепты по тематике "Выпечка"