

Творожные бублики с сыром



На 100 грамм:
Калорийность: **195,43 ккал.**
Белки: **15,89 г.**
Жиры: **5,16 г.**
Углеводы: **20,73 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnye-bublik-s-syrom/>

Ингредиенты:

- творог в брикете 200 г
- мука (у меня рисовая) 4-5 ст.л
- яйцо
- сыр по вкусу (я брала ~40 г)
- соль, перец, кунжут по желанию и по вкусу

Приготовление:

Смешать творог, муку, яйцо и часть сыра (~15 г, не обязательно), я добавила щепотку соли еще. Все перемешать.

Отщипывать кусочек и скатать колбаску и соединить края, можно немного присыпать поверхность мукой, чтоб не прилипло.

Сверху посыпать оставшимся сыром и можно еще кунжутом. Выпекать при 180С 20-30 минут. Время зависит от вашей духовки

Мои за 20 минут были готовы и хорошо зарумянились.

Муку миксуйте, пробуйте разные вкусы)