

# Творожные шарики с бананом



На 100 грамм:  
Калорийность: **148,91 ккал.**  
Белки: **14,21 г.**  
Жиры: **3,02 г.**  
Углеводы: **15,53 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnye-shariki-s-bananom/>

## Ингредиенты:

- банан
- 100-150 гр творога
- 2-3 ст.л. муки
- яйцо
- подсластитель

## Приготовление:

Для теста все смешать, банан нарезать на части.  
Формируем шарики, внутрь кладем банан.  
Сверху кокосовая стружка по желанию.  
Запекаем 20 мин.