

Творожный сыр из кефира



На 100 грамм:
Калорийность: **52,36 ккал.**
Белки: **3,41 г.**
Жиры: **2,11 г.**
Углеводы: **4,77 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnyj-syr-iz-kefira/>

Ингредиенты:

- кефир - 1 л
- молоко - 50 мл
- соль - 3/4 ч ложки
- паприка в хлопьях - 1 ч ложка

Приготовление:

Смешать все ингредиенты, поставить на водяную баню, нагревать до образования хлопьев (не кипятить), переложить в ситечко с 3 слоями марли, дать сыворотке стечь (около 2 часов), сыворотку не выливать...(я буду печь на ней хлеб).

Придавить грузом в 1 кг, убрать в холодильник, через 2 часа творожный сыр готов.

Очень вкусно употреблять с ржаным хлебцем и зеленью