

Творожный сыр из сметаны и кефира



На 100 грамм:
Калорийность: **82,09 ккал.**
Белки: **2,89 г.**
Жиры: **6,22 г.**
Углеводы: **3,38 г.**

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

Ингредиенты:

- 500 г сметаны 10% жирности
- 500 г кефира 2,5 % жирности
- 1 ч л соли

Приготовление:

Я смешала 500 г сметаны, 500 г кефира и 1 ч л соли. Вылила в дуршлаг, выстеленный х/б тканью. И в холодильник под пресс на 2 суток.

Через 2 дня накрошила свежего укропа, порубила мелко чеснока и еще хорошую щепотку соли. И обваляла сыр в этой смеси, сформовав сырный батончик.

Можно накатать шарики и залить маслом с разными специями по желанию.