

# Творожный торт с вишней



На 100 грамм:  
Калорийность: **139.63 ккал.**  
Белки: **8.2 г.**  
Жиры: **1.65 г.**  
Углеводы: **24.73 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnyj-tort-s-vishnej/>

## Ингредиенты:

- творог обезжиренный — 250 г
- вишня замороженная — 350 г
- яичные белки — 3 шт
- овсяные хлопья — 200 г
- мед — 70 г

## Приготовление:

Приготовить основу: измельчить овсяные хлопья в кофемолке. Смешать их в миске с двумя яичными белками и водой.

Получится эластичное тесто. Оставить его на 10 минут, чтобы овсянка немного набухла.

После этого выложить тесто в форму для выпечки, слегка смазанную оливковым маслом.

Аккуратно разровнять, сформировать бортики.

Основу по всему периметру проколоть вилкой, чтобы не образовывались пузыри, и отправить в предварительно разогретую до 175С духовку на 15 минут.

Растопить мед — например, в микроволновой печи.

Замороженную вишню смешать с половиной меда (вишню предварительно необходимо избавить от лишнего сока). В отдельной посуде смешать оставшийся мед с яичным белком и творогом.

Готовую основу слегка остудить, выложить на нее творожную массу, равномерно распределить. Сверху аккуратно выложить вишню. Поставить торт в духовку, выпекать около 30 минут.