

# Тыква запечённая с творогом и ИЗЮМОМ



На 100 грамм:  
Калорийность: **56 ккал.**  
Белки: **6 г.**  
Углеводы: **9 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tykva-zapechennaya-s-tvorogom-i-izyumom/>

## **Ингредиенты:**

- мякоть тыквы 200 г
- творог 0% 100 г
- изюм 20 г

## **Приготовление:**

Тыкву натереть на тёрке, творог перемешать с изюмом. Выкладывать слоями: тыква, творог. Отправить в разогретую до 200 С духовку на 15 минут.