Тыквенный пирог с апельсином

На 100 грамм:
Калорийность: **109.85 ккал.**
Белки: **4.35 г.**
Жиры: **1.86 г.**
Углеводы: **22.79 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/tykvennyj-pirog-s-apelsinom/

Ингредиенты:
- овсяная мука (молотые хлопья) 250 г
- кефир обезжиренный 250 мл
- тыква 400 г
- яйцо 1 шт
- апельсин 1 шт
- изюм 100 г
- стевия, корица по вкусу

Приготовление:
Муку смешать с яйцом, 150 мл кефира, все хорошо перемешать (должно получится липкое, неоднородное тесто). Распределить тесто ровным слоем по силиконовой форме, оставляя бортики около 3 см. Убрать форму с тестом в холод (минут на 10), после выпекать основу при 200 градусах 10-15 минут (в разогретой духовке). Готовим начинку: тыкву очищаем, режем на небольшие кубики, после варим ее минут 10-15 в кипящей воде, что бы она стала мягче. Апельсин режем на кубики, орехи рубим ,изюм зашпариваем кипятком. Как тыква станет мягкой,убираем ее с огня, сливаем воду, добавляем порезанный апельсин, изюм(без воды), чуть-чуть корицы, остатки кефира , все хорошо перемешиваем. Достаем нашу форму с тестом из духовки, выкладываем тыквенную начинку и выпекаем еще минут 25-35 при 180 градусах (смотрите по готовности) . После готовый пирог мы украсили топленым горьким шоколадом, но это по желанию.