

Вкуснейший нежирный сыр своими руками



На 100 грамм:
Калорийность: **74,67 ккал.**
Белки: **14,94 г.**
Жиры: **0,94 г.**
Углеводы: **1,54 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vkusnejshij-nezhirnyj-syr-svoimi-rukami/>

Ингредиенты:

- творог 0% 500 г
- яйцо 50 г
- молоко 0,5% 50 мл
- пищевая сода 3 г
- соль по вкусу

Приготовление:

Творог и соду перемешать, оставить на 1 час при комнатной температуре.

Миску или формочку подходящего размера застелить пищевой пленкой.

Через час добавить к творогу молоко, яйцо и соль, взбить блендером до кремообразного состояния.

Переложить массу в кастрюлю, нагревать на среднем огне, непрерывно помешивая. Творог должен полностью расплавиться, на это уйдет примерно 5-10 минут.

Подержать массу на огне еще 5-10 минут, постоянно перемешивая, до кипения не доводить. Выложить плавленный сыр в подготовленную миску, накрыть пищевой пленкой, остудить и убрать в холодильник на 3-4 часа.