

Вкусный и простой сырный пирог



На 100 грамм:
Калорийность: **167,62 ккал.**
Белки: **19,49 г.**
Жиры: **6,8 г.**
Углеводы: **7,08 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vkusnyj-i-prostoj-syrnyj-pirog/>

Ингредиенты:

- творог мягкий 360 г
- овсяные отруби (молотые овсяные хлопья или мука) 80 г
- яйцо целое 1 шт + 2 белка
- сыр 150 г
- специи по вкусу
- кунжут по желанию и по вкусу

Приготовление:

Смешать творог, отруби (муку или молотые хлопья), яйцо и 1 белок, соль (по желанию, у меня без). Часть теста распределить по форме (у меня силиконовая 18 см)

1 белок немного взбить до бела и добавить 100 г тертого сыра. Положить сверху на тесто. Залить оставшимся тестом (его немного посолила) и посыпать тертым сыром (50 г). По желанию посыпать кунжутом.

Выпекать при 180С 30-40 минут. Время зависит от вашей духовки.