Яблоки, запеченные с творогом

На 100 грамм:
Калорийность: **65,38 ккал.**
Белки: **6,28 г.**
Жиры: **0,25 г.**
Углеводы: **9,18 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/yabloki-zapechennye-s-tvorogom/

Ингредиенты:
- творог обезжиренный - 200 г
- яблоки - 2 шт
- мед - 2 ч. л
- корица - по вкусу

Приготовление:
Хорошо моем яблоки и достаем все внутренности с семенами и прожилками при помощи острого ножа. Старайтесь не проткнуть дно.
Творог смешиваем с медом и немного растираем вилкой. В яблоко насыпаем немного корицы и начиняем творогом, слегка утрамбовывая, но не слишком плотно. Греем духовку до 200 градусов и ставим яблоки примерно на 20 минут. Готовность проверяйте вилкой, яблоки должны стать мягкими.