

# Ягодная запеканка



На 100 грамм:  
Калорийность: **86.91 ккал.**  
Белки: **8.5 г.**  
Жиры: **1.08 г.**  
Углеводы: **9.89 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yagodnaya-zapekanka/>

Эта ягодно-творожная запеканка отличная находка для тех, кто не представляет свою жизнь без десертов. Легкая и вкусная, она станет прекрасной заменой пирогам и тортикам. Попробуйте!

## **Ингредиенты:**

- творог 300 г
- крупа манная 70 г
- ягоды свежие или замороженные 370 г
- яйцо 1 шт
- сода ч. л

## **Приготовление:**

На дно формы для запекания насыпаем немного манки, чтобы запеканка не пристала. Обезжиренный творог смешиваем с ягодами, яйцом, содой и двумя столовыми ложками манки.

Выкладываем все в форму, сверху немного посыпаем остатками манки и ставим в духовку на 20-30 минут.