

Замечательный творожный десерт с черносливом и шоколадом



На 100 грамм:
Калорийность: **187 ккал.**
Белки: **14,4 г.**
Жиры: **11,2 г.**
Углеводы: **8,5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zamechatelnyj-tvorozhnyj-desert-s-chnoslivom-i-shokoladom/>

Ингредиенты:

- творог 200 г
- чернослив 30 г
- грецкие орехи 20 г
- стевиозид
- какао-порошок 5 г
- агар-агар 1 г

Приготовление:

Измельчить крупно орехи, отложить в сторону;

Размоченный чернослив и творог взбить с небольшим количеством воды, необходимым для получения нужной консистенции.

Добавить часть орехов, перемешать ложкой.

Выложить в подходящую посуду, лучше широкую миску.

Далее готовим глазурь: 1 ч.л. с горкой какао-порошка, 1/2 кофейной ложки агара, минимум стевиозида, 70 мл воды.

Довести до кипения, помешивая, кипятить в течении двух минут. Добавить в нее остаток орехов.

Вылить глазурь сверху на творог и дать остыть в холодильнике хотя бы пол часа.