Запеченные яблоки с творожно-ванильным кремом

На 100 грамм:
Калорийность: **66,70 ккал.**
Белки: **5,96 г.**
Жиры: **0,87 г.**
Углеводы: **8,34 г.**

Количество порций: **1**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/zapechennye-yabloki-s-tvorozhno-vanilnym-kremom/

Ингредиенты:
- яблоко
- ложка творога 1,8% – 30 г
- ложка молока 0,5%
- подсластитель (у меня была таблетка стевии)
- ваниль для аромата

Приготовление:
Яблоко помыть, отрезать верхушку, вырезать внутреннюю часть.
Смешать творог, молоко, подсластитель, ванилин, но так, чтобы по консистенции он напоминал густую сметану.
Разогреть духовку.
Наложить крем в яблоко.
Отправить яблоко в духовку на 20-30 минут.

Чтобы оно хорошо пропеклось и не теряло воду, используйте силиконовые и бумажные формочки.