



Тыквенный пирог на кефире без яиц



На 1030 г	Калории 3183	Белки 50.9	Жиры 114.1	Углеводы 488.4
На 100 г	Калории 309.0	Белки 4.9	Жиры 11.1	Углеводы 47.4

Ингредиенты

Кефир - 250 граммов
Мука пшеничная - 400 граммов
Сахар - 180 граммов
Тыква - 100 граммов
Масло подсолнечное - 100 граммов

Процент потерь по массе: -3 %

Описание

Тыкву почистить и натереть на мелкой терке, добавить все ингредиенты и 1 ч.л. соды. Размешать и выложить в смазанную маслом форму. Запекать до зарумянивания.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru