



Запеканка творожная



На 1180 г	Калории 3514	Белки 195.8	Жиры 90.7	Углеводы 478.7
На 100 г	Калории 297.8	Белки 16.6	Жиры 7.7	Углеводы 40.6

Ингредиенты

Творог 5% - 1000 граммов
Яйцо - 200 граммов
Сахарный песок - 200 граммов
Манка - 130 граммов
Сметана 15 - 100 граммов
Масло сливочное - 7 граммов
Разрыхлитель теста - 5 граммов
Ванилин - 20 граммов

Процент потерь по массе: -18 %

Описание

Сахарный песок, ванилин, разрыхлитель теста и яйца взбить миксером до густоты. Добавить творог, перемешать. Добавить манку, перемешать. Добавить сметану, перемешать. Форму для запекания смазать сливочным маслом и вылить в нее полученную смесь. Дать настояться 30-40 минут, чтобы манка немного разбухла и тесто загустело. Выпекать в духовке 60-70 минут до золотой корочки.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru