

Фаршированный инжир



На 100 грамм:
Калорийность: **60.46 ккал.**
Белки: **2.3 г.**
Жиры: **1.62 г.**
Углеводы: **11.04 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/farshirovannyj-inzhir/>

Ингредиенты:

- спелый инжир - 4 шт
- молотый лесной орех - 1 ч.л
- кремковый творог - 100 г
- половина лимона
- черный перец - по вкусу

Приготовление:

Инжир промываем и срезаем верхушки, мякоть аккуратно достать чайной. Ложечкой.

Мякоть разминаем вилкой, смешиваем с орехами и кремковым творогом.

Добавить лимонного сока и перца.

Начинкой фаршируем инжир и накрываем отрезанными верхушками.