

Морковно-творожный пирог



На 100 грамм:
Калорийность: **130.38 ккал.**
Белки: **9.61 г.**
Жиры: **4.53 г.**
Углеводы: **13.16 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morkovno-tvorozhnyj-pirog/>

Ингредиенты:

для творожного теста:

- творог - 250 гр
- яйцо - 1 шт
- крахмал - 20 гр
- лимонная цедра - 1 чл
- сметана - 50 гр
- подсластитель по вкусу

морковное тесто:

- мука - 70 гр рисовой и 30 гр ц/з пшеничной
- разрыхлитель - 4 гр
- сода - 1/4 чл
- яйцо - 2 шт
- натуральный йогурт - 125 гр
- подсластитель по вкусу
- мускатный орех - 1/4 чл
- корица - 1/2 чл
- морковь - 100 гр
- орехи

Приготовление:

Творожное тесто:

Творог соединить с остальными ингредиентами (кроме крахмала) и пробить погружным блендером до однородной массы.

Всыпать крахмал и хорошо перемешать.

Морковное тесто:

К муке добавить разрыхлитель, соль, соду, корицу, мускатный орех и хорошо перемешать венчиком.

К яйцам добавить сахарозаменитель, натуральную ваниль и взбить миксером в пышную, светлую массу.

В 2 захода объединить яичную массу с сухой смесью, добавить натуральный йогурт и перемешать.

В последнюю очередь добавить морковь, натертую на средней терке, мелко порубленные грецкие орехи и снова перемешать.

Сборка:

Форму для выпечки застелить пергаментом, смазать каплей масла (если форма силиконовая, то этот этап опустить).

На дно формы вылить примерно 1/3 часть морковного теста, далее столовой ложкой выложить 1/2 часть творожного теста, затем выложить еще морковного теста, после опять ложкой выложить творожное тесто, верхний слой - морковное тесто.

Выпекать при 180 до сухой зубочистки (примерно 40-50 минут).

Полностью остудить, достать из формы и подавать к столу.