

# Творожно-фруктовое желе



На 100 грамм:  
Калорийность: **59.13 ккал.**  
Белки: **5.21 г.**  
Жиры: **0.18 г.**  
Углеводы: **9.64 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-fruktovoe-zhele/>

## Ингредиенты:

- 400 гр. мягкого творога до 1,5 %
- 100 гр. кураги
- 4 апельсина
- 2 мандарина
- 25 гр. желатина

## Приготовление:

Курагу заливаем кипятком на 20 минут.

Курагу отжимаем и режем на небольшие кусочки.

В 100 мл воды от кураги растворяем 10 гр. быстрорастворимого желатина (воду предварительно нагреть по инструкции).

Смешиваем 250 гр творог с 2/3 общего количества кураги и с растворенным желатином.

Выкладываем в силиконовую форму, отправляем на холод застыть (около 1 часа).

Мандарины чистим, разбираем на дольки.

Отжимаем сок из апельсинов.

Нагреваем его и растворяем в нем 10 гр. желатина.

На застывший творожный слой выкладываем дольки мандаринов.

Заливаем горячим апельсиновым соком с желатином.

Отправляем застыть.

Последний слой творожный, как в пп 3,4, из оставшегося количества творога, желатина и кураги.

Когда желе застынет, выкладываем из формы и подаем к столу.