

Онищенко Кристина

Творожные плюшки для Карлсона

Творог, идеальный компонент здорового питания. Он содержит огромное количество витаминов и минералов, ценные белки и углеводы, а также обладает невысокой калорийностью. Этот кисломолочный продукт можно употреблять в пищу в неизменном виде, и также приготовить на его основе невероятно вкусные блюда, которые непременно придутся по вкусу всем членам семьи, особенно деткам. Творог можно употреблять на завтрак, обед и ужин. Рецепт с творогом позволяют разнообразить пищевой рацион и получить от пищи не только пользу, но и наслаждение. В процессе приготовления творог не теряет свои полезные свойства. Он быстро насыщает организм питательными веществами, улучшает метаболизм и придает человеку силы на весь день.

Творожные плюшки сможет приготовить даже ребенок.

- творог, яйца, соль и сахар соединить до однородности.
- муку смешать с разрыхлителем и добавить в творожную массу
- все хорошо перемешать,
- сформировать лепешки и обжарить в растительном масле.

При желании можно посыпать сахарной пудрой, украсить ягодами.