

Кабачковый торт



На 100 грамм:
Калорийность: **86.03 ккал.**
Белки: **5.72 г.**
Жиры: **3.03 г.**
Углеводы: **8.46 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kabachkovyj-tort/>

Ингредиенты:

- кабачки 1 кг
- яйца 5 шт
- помидоры 300 г
- мука цельнозерновая - 1 ст
- йогурт натуральный 350 г
- чеснок 10 г
- сыр 150 г
- зеленый лук 10 г
- соль, перец по вкусу

Приготовление:

Кабачки натрите на тёрке и отожмите лишний сок. Добавьте 5 яиц, немного соли, молотого чёрного перца и хорошо перемешайте. Добавьте муку. Тщательно смешайте компоненты теста. Тесто должно получиться густым, как для приготовления оладий. Разогрейте сковороду. Смажьте маслом и, выложив порцию теста, разровняйте его ложкой по дну сковороды, придавая форму блина. Эти пышные блины и станут коржами нашего торта из кабачков. Обжаривайте коржи несколько минут с двух сторон, до золотистого цвета. Пока обжариваются коржи, можно подготовить «крем» для нашего торта. Для этого смешайте йогурт, несколько измельчённых зубчиков чеснока. Добавьте соль, молотый чёрный перец по вкусу. Можно дополнительно добавлять свежую зелень. Подготовьте начинку для торта. У нас помидоры и зелёный лук, натёртый сыр. Когда коржи будут готовы, их необходимо охладить, прежде чем приступить к сборке торта. На сковороде диаметром 22 сантиметра у нас получается 78 коржей. Охлаждённый кабачковый корж смажьте подготовленным кремом. Выложите слой начинки. Повторите слои. Нарезьте торт на порционные кусочки и подавайте.