

Лимонные кексы



На 100 грамм:
Калорийность: **101,69 ккал.**
Белки: **6,81 г.**
Жиры: **5,05 г.**
Углеводы: **7,16 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/limonnye-kekсы/>

Ингредиенты:

для теста:

- 2 ст.л. овсяных отрубей (смолотых в муку)
- 1 ст.л. пшеничных отрубей(смолотых в муку)
- 1 ч.л. семян льна (смолотых в муку)
- 2 яйца
- цедра лимона
- 2 ч.л. разрыхлителя
- 100 гр. натурального обезжиренного йогурта
- стевиозид

для сиропа:

- сок половины лимона
- вода 3 ст.л
- стевиозид

Приготовление:

Для начала цедру смешаем с яйцами и стевиозидом. Взбиваем до однородности. Отдельно смешиваем отруби с разрыхлителем. Далее смешиваем яичную смесь и отруби, и подливая постепенно йогурт все взбиваем до однородности. Готовым тестом наполняем на 2/3 формы. И отправляем в духовку минут на 20-25 при 180, проверяем готовность до «сухой палочки».

Пока пекутся кексики сделаем сироп к ним.

Для этого сок лимона соединим с водой. Нагреем до кипения и добавим стевиозид. Достаем горячие кексы из форм и сразу же поливаем лимонным сиропом. Оставляем на пол часа для пропитки.