

Морковный торт с имбирем



На 100 грамм:
Калорийность: **132.82 ккал.**
Белки: **12.75 г.**
Жиры: **4.77 г.**
Углеводы: **9.39 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morkovnyj-tort-s-imbirem/>

Ингредиенты:

- яйца 4 шт
- морковь 150 г (натертая)
- творог обезжиренный 4 ст. л
- мука из овсяных отрубей 8 ст. л
- разрыхлитель 1,5 ч. л
- масло оливковое 2 ч. л
- имбирь порошок 0,5 ч. л
- подсластитель - по вкусу

крем:

- творог обезжиренный 400 г
- молоко 1% 2 ст. л
- подсластитель - по вкусу

Приготовление:

Включаем духовку. Морковь чистим и натираем на мелкой терке. Творог растираем с подсластителем и маслом. Яйца взбиваем, добавляем растертый творог, имбирь и разрыхлитель. Просеиваем отруби. Добавляем морковь и перемешиваем. Выкладываем в форму.

Ставим в разогретую духовку и выпекаем до готовности. Готовность определяем деревянной палочкой она должна быть сухая. Достаем, вынимаем из формы. Остудить корж, затем разрезать на половинки поперек и вдоль. Получилось 4 золотистых коржа. Крем готовим очень просто, пока корж печется: взбиваем мягкий творог с подсластителем. Если творог густой, можно добавить пару ложек молока либо йогурта. Крем должен держать форму, но и быть достаточно жидким, чтобы пропитать коржи. Собираем торт. Делим крем на 2 части. Одной частью промазываем коржи кремом. Второй частью смазываем края и верх. Можно

воспользоваться кондитерским мешком для украшения торта.