

[Strona główna](#) > [Przepisy](#) > [Lista przepisów](#) > [Jabłko pieczone z twarożkiem waniliowym](#)

Jabłko pieczone z twarożkiem waniliowym

★★★★★ (10)

40 minut

2 osoby

łatwy

Wartości odżywcze

200 kcal / 1 porcję (229 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność	Białko	Węglowod.	Tłuszcze	Błonnik	GDA
87.28 kcal	3.29 g	17.45 g	1.12 g	1.76 g	4.36 %
4.36%	6.58%	6.46%	1.6%	7.04%	



Składniki

- Jabłko - 300g
- Rodzynki, suszone - 15g (łyżka stołowa)
- Miód pszczeni - 24g (2 łyżeczki)
- Cynamon mielony - 2g (1/2 łyżeczki)
- Ser twarogowy półtłusty - 60g (3 łyżki stołowe)
- Cukier brązowy - 5g (łyżeczka)
- Cukier waniliowy - 2g (1/2 łyżeczki)
- Jogurt naturalny 2% tłuszczu - 50g (2 łyżki stołowe)



Sposób przyrządzenia

KROK 1: Zacznij od nagrzania piekarnika do 180°C

KROK 2: Jabłko dokładnie umyj i odkrój górną część. Wydrąż gniazda nasienne, a powstałe miejsce wypełnij rodzynekami i cynamonem. Przykryj ściętą częścią jabłka i wstaw do piekarnika. Piecz około 25 minut.

KROK 3: W miseczce rozgnieć ser biały z jogurtem, cukrem brązowym i waniliowym. Wymieszaj.

KROK 4: Upieczone jabłko lekko przestudź, do środka dodaj twarożek, skrop miodem i podawaj.

Smacznego!

