

detkityumen.ru

## Творожные мини-пудинги в микр



Где готовим?

Микроволновка

Ингредиенты:

творог - 200 г;  
два куриных яйца;  
немного сахара для вкуса – 1-2 ст. л.;  
около половины чайной ложки ванильного сахара;  
две столовых ложки манки

Приготовление:

1. Два куриных яйца смешиваем с сахаром. Количество сахара можно изменять по собственным вкусовым предпочтениям. Также допускается замена сахара натуральным медом, что сделает блюдо еще ароматнее и полезнее. Растираем ингредиенты венчиком.
2. Добавляем в массу немного ванильного сахара и манку. Для тех, кто не любит манную крупу, особо отметим, что в готовом блюде вкус манки не будет чувствоваться вообще. Но крупа необходима для того, чтобы придать вязкость творогу, и сделать структуру пудинга однородной.
3. Отправляем к яичной смеси творог. Кисломолочный продукт обязательно необходимо протереть через сито. Это избавит его от крупинок и комочеков, и в будущем пудинг приобретет нежную, воздушную консистенцию.
4. Ингредиенты еще раз тщательно растираем венчиком. Масса для пудинга готова! Силиконовые формочки для кексов слегка промасливаем сливочным маслом. Раскладываем по формам творожную массу. Из указанного количества продуктов получается 4 небольших пудинга.
5. Отправляем формочки с творожной массой в микроволновку. Устанавливаем режим в 600 Вт. Включаем микроволны на 3 минут. После звукового сигнала крышку устройства не открываем, а засекаем 2 минут. Спустя 2 минуты еще раз включаем микроволновку на 3 минут. То есть готовиться творожные мини-пудинги будут в общей сложности 6 минут с двухминутным перерывом.
6. Немного охлаждаем пудинги, потом легко освобождаем из формочек. Легкий воздушный десерт готов! В

горячем виде он будет более пышным и нежным, а после охлаждения структура будет напоминать творожную запеканку.

Рецепт брала здесь [Ссылка](#)

28.02.2017

[Ирина\\_Ы](#)

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/recipe/518/](http://detkityumen.ru/recipe/518/)