



Творог с апельсином, свеклой и кленовым сиропом



Ингредиенты

° Свекла в кубиках "На пару"	1 банка (300г)
° Творог 9%	400 г
° Апельсин	1 шт.
° Кленовый сироп	4 ст. л.
° Мята	4 небольшие веточки

Способ приготовления:



15 мин



4 порции



110 ккал

1. Очистите апельсин от кожуры. Острым ножом [вырежьте сегменты мякоти](http://bonduelle.ru/know/master/4). Из остатков отожмите сок в небольшую миску.
2. Приготовьте соус: смешайте апельсиновый сок с кленовым сиропом.
3. Выложите ингредиенты слоями в широкие порционные стаканчики в следующем порядке: творог, свекла, апельсин.
4. Полейте соусом, украсьте веточками мяты.



Совет

Отжать сок из мезги можно, не испачкав рук. Положите на миску крепкое сито с остатками апельсина.

Выдавливайте сок столовой ложкой.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>