Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Творожное суфле с бананом

29 мая 2012 13:50 · https://open-cook.ru/recipes/tvorozhnoe-sufle-s-bananom



Это суфле предоставлено Машей Панковой, которое она дает своему малышу. Ему сейчас 2 годика, но суфле можно давать деткам от 10 месяцев. Надеюсь этот рецепт пригодится вам и вашим малышам.

Из указанных продуктов получается 2-3 порции, в зависимости от формочек.

Итак, нужно:

- 200 гр творога
- 2 спелых небольших банана (один для суфле, один для украшения)
- 1 яйцо

- 2 ст.л. сахара
- 1 ст.л. манки
- 1 ст.л. панировочных сухарей
- щепотка соли
- сливочное масло и сухари для формочек

Творог, если он зернистый, протираем через сито или взбиваем блендером до вязкого состояния:



Добавляем манку:



и сухари:



Банан измельчаем в блендере до однородной консистенции и добавляем к творожной массе:


open-cook.ru Открытая кухня Марии Панковой



Яйцо вместе с сахаром и солью взбиваем до увеличения объема в 2 раза:



Добавляем яичную массу в творог и аккуратно перемешиваем:



Выкладываем творожную массу в формочки, обильно смазанные маслом и посыпанные сухарями:



Самые хорошие формы – силиконовые, но можно использовать любые. Если у вас металлические формы (как для кексов и тарталеток), то лучше использовать пекарскую бумагу, смазав ее маслом и посыпав сухарями. сверху тоже лучше присыпать суфле сухарями:



Выпекаем в разогретой до 180 градусов духовке около 20-25 минут:



Готовое суфле освобождаем от формочек и намазываем творожком “Тема” (можно сметаной для детей постарше):



Второй банан нарезаем кружочками и украшаем им суфле:



Вот так выглядит наша красота внутри:



Приятного аппетита!

Комментарии: 3

Татьяна # 06:15 30.05.2012

Вчера вечером готовила это суфле своей привередливой доченьке. Скушала моя красавица все за милую душу, сегодня на завтрак снова попросила))
Спасибо за рецепт, надеюсь будут еще.

Эксперт # 06:25 30.05.2012

Помнится у меня в детстве была тарелочка с репкой и дедушкой, который ее тянет. Бабушка накладывала манную кашу и я ел ее в надежде, что вот-вот "освобожу" заветную картинку из манного плена. Было очень интересно. Помню до сих пор.

Мария # 09:36 30.05.2012

Да,соглашусь,фокус с тарелочкой, это хорошая мотивация для малыша скушать все до конца.Правда не всегда на долго хватает)))