

Морковно-банановое печенье из овсяных хлопьев



1 ч 20 мин



2 порции



5 ингредиенты

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Калорийность:	244 Ккал
Белки:	16.8 грамм
Жиры:	2.4 грамм
Углеводы:	41.9 грамм

Ингредиенты

Категории: [Вегетарианская еда](#), [Выпечка и десерты](#), [Печенье](#)

Ингредиент	Кол-во
Обезжиренный творог	140 г
Морковь	30 г
Бананы	1 штука
Какао-порошок	1 ч. л.
Овсяные хлопья	50 г

Инструкция

1. Творог вместе с бананом перетереть блендером в однородное пюре.
2. Овсяные хлопья смолоть, морковь натереть на терке.
3. Добавить овсяную крупу, морковь, какао и замесить тесто руками.
4. Убрать в холодильник на час.
5. Сформировать шарики, слегка расплющить и выложить на противень, застеленный бумагой для выпечки.
6. Духовку разогреть до 180 градусов и отправить печенье на минут 12-15. Перед подачей можно присыпать корицей.