

# Банановое печенье



На 100 грамм:  
Калорийность: **119,87 ккал.**  
Белки: **8,71 г.**  
Жиры: **5,02 г.**  
Углеводы: **11,08 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/bananovoe-pechene/>

## **Ингредиенты:**

- творог зернистый 150 г
- молотая овсяная крупа 100 г
- банан 1 шт
- для заправки мак, молотые грецкие орехи, кокосовая стружка и т.п. по вкусу

## **Приготовление:**

Творог и банан блендером перетрите в однородное пюре. Добавьте овсяную крупу и руками замесите тесто, которое на час уберите в холодильник. Сформируйте шарики, обваляйте их в маке, орехах или стружке, слегка приплющите и выложите на противень, застеленный бумагой для выпечки. Запекайте в духовке, нагретой до 180С, 12-15 минут.