

Овсяно - творожное печенье



На 100 грамм:
Калорийность: **146.81 ккал.**
Белки: **4.75 г.**
Жиры: **2.56 г.**
Углеводы: **27.23 г.**

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

Всё ингредиенты на глаз. Зависит от того, сколько печенье захотите испечь. Главное чтобы масса была густой.

Ингредиенты:

- творог 2-5%
- банан 1 шт
- хлопья овсяные
- мёд
- вода или молоко(по желанию)
- так же можно добавить орехи/сухофрукты/семечки

Приготовление:

Творог и хлопья выложить в миску, добавить немного молоко/воды и мёда. Замешать в единую массу.

Банан потереть на терке и добавить. Получив однородную густую массу, выкладываем ложкой на противень предварительно намазав его маслом. Разогреть духовку и выпекать при 150 градусах, минут 15-20.