

## Овсяное печенье



На 100 грамм:  
Калорийность: **225,68 ккал.**  
Белки: **6,58 г.**  
Жиры: **3,84 г.**  
Углеводы: **43,77 г.**

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

### Ингредиенты:

- хлопья овсяные 300 г
- изюм 40 г
- кефир 300 мл
- мед 3 ст. л
- ванилин
- корица

### Приготовление:

Замачиваем хлопья в кефире на 40 минут, изюм в кипятке. По истечении 40 минут смешиваем все ингредиенты. Выкладываем на противень с бумагой для выпечки. Выпекаем 30 мин. при 180-200 гр. По желанию можно добавить любые сухофрукты. Вместо кефира можно использовать горячую воду.