Печенье «фитнес»

На 100 грамм:
Калорийность: **338.58 ккал.**
Белки: **9.34 г.**
Жиры: **18.01 г.**
Углеводы: **39.55 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/pechene-fitnes/

Ингредиенты:
- изюм 100 г
- чернослив 100 г
- грецкий орех 50 г
- льняные семечки 100 г
- овсяные хлопья 3 ст. ложки
- 2 яичных белка

Приготовление:
Сухофрукты и орехи измельчить в блендере.
Добавить яичные белки, льняные семечки и овсяные хлопья.
Противень застелить бумагой для выпечки, равномерно распределить полученную массу слоем толщиной 5 мм.
Выпекать (а точнее подсушить) при температуре 100 градусов в течение 1-1,5 часа.
Пока горячее разрезать и дать остыть.