

Протеиновые шоколадно-мятные батончики



На 100 грамм:

Калорийность: 391.4 ккал.

Белки: **25.54 г.** Жиры: **16.76 г.** Углеводы: **37.45 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/proteinovye-shokoladno-myatnye-batonchiki/

Ингредиенты:

- 1 чашка фиников
- 1 чашка орехов
- 3/4 чашки протеина
- 1/4 чашки какао порошка
- 1/2 чайной ложки мятного экстракта
- 2 столовые ложки миндального молока
- 1/2 чайной ложки соли

Приготовление:

Взбить финики в блендере. Добавить орехи и взбить до однородной массы.

Добавить протеин, соль, какао порошок, мятный экстракт и миндальное молоко. Тщательно взбить в блендере все ингредиенты.

Выстелить противень/форму пищевой пленкой. Распределить "тесто" по форме и тщательно утрамбовать. Отправить в морозилку на 15 минут.

Достать из морозилки и разрезать на батончики. Хранить в холодильнике или морозилке.