

Творожное печенье с бананом и яблоком



На 100 грамм:
Калорийность: **118.89 ккал.**
Белки: **8.61 г.**
Жиры: **1.19 г.**
Углеводы: **19.38 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhnoe-pechene-s-bananom-i-yablokom/>

Ингредиенты:

- творог обезжиренный - 250 г
- овсяные хлопья - 100 г
- яблоко - 100 г
- банановое пюре - 170 г
- мед - 10 г
- сок лимона - 25 г

Приготовление:

Творог смешать с овсяными хлопьями, соком лимона и медом и тщательно перетереть. Оставить на 30-40 минут. Натереть яблоко, пюрировать банан, добавить фрукты к творожно-овсяной смеси, все перемешать. Мокрыми руками или ложкой на противень, застеленный бумагой для выпечки или тефлоновым ковриком, выкладываем печенюшки (получиться 13-14 шт).

Выпекать печенье нужно в духовке при температуре 180 градусов 30 минут!