Супер протеиновые низкокалорийные печеньки

Вес 623г, на 100г:
Белок 18.02 г.
Жир 7.65 г.
Углеводы 41.44 г.
Ккал 296.44.
Вам понадобится:
- 300г овсяных хлопьев
-2 яйца
- 100г творога
- 20г изюма
- 2 порции протеина
- 1 ч.л. фруктозы
- 5г разрыхлителя

Как приготовить:

Овсяные хлопья измельчить в блендере, смешать из с яйцами(без желтков), разрыхлителем, протеином творогом и изюмом. Застелить противень бумагой для выпечки и выложить готовую массу в виде шариков. Поставить в разогретую духовку 180° на 15-20 минут до готовности