Białkowe batony wegańskie

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

70 min | łatwy | 14 porcji

Składniki:

- kasza jaglana - 1 szklanka
- kasza jaglana preparowana - 70 g
- płatki jaglane - 4 łyżka
- białko konopne - 5 łyżka
- suszona żurawina - 2 garść
- siekane migdały - 2 garść
- banany - 2 szt.

Dodatkowe info:

Energetyczne, białkowe batony dla wegan!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglaną opłukać, a następnie ugotować w wodzie i ostudzić. Banany zblendować na mus.

KROK 2: Wszystkie składniki wymieszać ze sobą (bez blendowania).

KROK 3: Masę wyłożyć do formy na wysokość około 1,5cm i piec około 40 minut w 180 stopniach.

KROK 4: Gotowy wypiek pokroić na batony.