Proteinowe batony owsiane - bez daktyli! :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **desery**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 6 porcji

Składniki:

- odżywka białkowa roślinna o smaku dzikiej jagody - 90 g
- masło orzechowe - 70 g
- płatki owsiane - 40 g
- mleko roślinne - 200 ml
- kakao - 1,5 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki zmiel na mąkę lub użyj gotowej mąki owsianej.
Do miski przełóż wszystkie składniki i miksuj mikserem do uzyskania jednolitej konsystencji. Będzie dość mocno klejąca i przylegająca do mieszadeł.
Następnie przełóż masę do wyłożonej papierem do pieczenia wybranej blaszki czy innego pojemnika i uformuj średniej grubości placek.
Wstaw na kilka godzin (najlepiej na noc) do lodówki, a następnie podziel na batoniki.