Zdrowe owsiane ciasteczka czekoladowe z masłem orzechowym :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **ciasta**

Warto wiedzieć:

45 min | łatwy | 8 porcji

Składniki:

- płatki owsiane - 150 g
- płatki orkiszowe - 50 g
- masło orzechowe - 100 g
- jajka - 1 szt.
- kakao - 15 g
- olej kokosowy - 50 g
- ksylitol - 80 g
- proszek do pieczenia - 1 łyżeczka
- cukier z prawdziwą wanilią - 1 łyżeczka
- jogurt naturalny - 80 g
- kuwerutra gorzka - 35 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Olej kokosowy delikatnie podgrzej, aby był w postaci płynnej.

KROK 2: Płatki owsiane i orkiszowe zmiel w malakserze/blenderze na mąkę.

KROK 3: Wszystkie składniki (oprócz czekolady) wsyp do miski, dodaj upłynniony olej kokosowy, zmielone płatki i dokładnie wymieszaj.

KROK 4: Kuwerturę/czekoladę pokrój w drobną kostkę i dodaj do masy. Wymieszaj.

KROK 5: Blaszkę wyłóż papierem do pieczenia.
Nakładaj za pomocą gałkownicy do lodów porcję masy. Z podanych składników wychodzi 7 ciasteczek.
Piecz w nagrzanym na 200*C piekarniku przez 17-18 minut.