MARÍA 👨🏻‍🍳



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Cookie express saludable

10min · 1 ración · 89 kcal

Ingredientes

- **2 cdas** harina (avena, trigo, integral)
- **1 cda** y 1/2 de leche
- **1** cdita endulzante (en mi caso pasta de dátiles)
- **1** cdita levadura en polvo
- **1** cdita cacao en polvo
- **1** cdita canela

POR RACIÓN

Proteínas	**2,7 g**
Grasas	**1,2 g**
Hidratos	**18 g**
Fibra	**2,8 g**

Elaboración

1. Añadimos todo en un bol, mezclamos y formamos una bola
2. Engrasamos un plato (apto para microondas), le damos forma de galleta y ponemos toppings al gusto (trozos de chocolate 85%, crema de frutos secos)
3. Llevamos al microondas durante 1"-1:30" a máxima temperatura y a disfrutar

Hecho con CookNest



Todas las recetas de MARÍA 👨🏻‍🍳
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy