The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

# Mug cake d'Oreo

4 racions  250 kcal

## Ingredients

- **4 cullerades** de farina
- **1/2 cullerada** de cafè de llevat en pols
- **1/2 cullerada** de cafè de canyella
- Una pessigolla de sal
- **4 cullerades** de llet vegetal
- **2 cullerades** de xarop d'atzavara
- **3** galetes Oreo

PER RACIÓ

| | |
|---|---|
| Proteïnes | **4 g** |
| Greixos | **8 g** |
| Hidrats | **35 g** |
| Fibra | **1,5 g** |

## Elaboració

1. Barrejar tots els ingredients secs en un bol
2. Separar la part blanca de les galetes Oreo i afegir-la a la barreja d'ingredients secs
3. Afegir la llet i el xarop i barrejar
4. Trencar les galetes Oreo i afegir-les a la barreja
5. Posar la mescla en una tassa i cuinar al microones durant 1 minut i mig

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork