



Овсяное печенье с льняной мукой



На 420 г	Калории 1982	Белки 47.4	Жиры 128.6	Углеводы 158.1
На 100 г	Калории 472.0	Белки 11.3	Жиры 30.6	Углеводы 37.6

Ингредиенты

Мука пшеничная - 100 граммов
Мука овсяная диетическая - 50 граммов
Льняная мука - 50 граммов
Сахар - 30 граммов
Кунжут - 10 граммов
Льняное семя - 10 граммов
Овсяные хлопья - 30 граммов
Яйцо - 1 штука
Масло растительное - 100 граммов

Процент потерь по массе: 58 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru