



## Печенье постное (овсяное)



<b>На 502 г</b>	Калории 2096	Белки 47.5	Жиры 43.3	Углеводы 381.9
<b>На 100 г</b>	Калории 417.6	Белки 9.5	Жиры 8.6	Углеводы 76.1

### Ингредиенты

спред ПОСТНОЕ - 50 граммов  
Сахарный песок - 100 граммов  
Геркулес - 200 граммов  
Мука пшеничная - 200 граммов  
Вода - 100 граммов  
Разрыхлитель теста - 5 граммов  
Имбирь сухой - 2 грамма  
Корица - 2.5 грамма

Процент потерь по массе: 49.8 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)