



COOKIES DE AVENA CON HARINA INTEGRAL Y MIEL

 15 minutos 45 minutos 26 porciones

INGREDIENTES

- 100 gramos de harina integral (y algo más para trabajar la masa)
- 100 gramos de avena en hojuelas
- 1/2 cucharadita de sal (3 g)
- 1 cucharadita de azúcar morena (3 g)
- 1/2 Cucharadita de bicarbonato de sodio Promesa® (2 g)
- 50 gramos de mantequilla
- 3 gramos de jugod de limón
- 30 gramos de leche
- 50 gramos de miel

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (13 g)	% DDR
ENERGÍA	375 kcal	49 kcal	2 %
GRASA	16 g	2 g	3 %
GRASAS SATURADAS	8 g	1 g	5 %
COLESTEROL	36 mg	5 mg	2 %
SODIO	350 mg	46 mg	2 %
H. CARBONO	54 g	7 g	2 %
AZÚCARES	14 g	2 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	6 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	9 g	1 g	-