



## COOKIES DI YOGURT GRECO

Per una colazione leggera o uno spuntino sostanzioso!  
Ricetta di S.S.

 15 minuti 35 minuti 23.6 biscotti

## INGREDIENTI

- 500 grammi di farina di frumento, tipo 00
- 130 grammi di zucchero (saccarosio)
- 200 grammi di yogurt greco 0%
- 2 unità di uovo di gallina, intero (100 g)
- 100 grammi di olio di semi di mais
- 2 cucchiaini da tè (colmi) di miele (16 g)
- 15 grammi di lievito per dolci
- 1 bustina di vanillina
- scorza grattugiata di 1 limone/arancia

## COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° Mescolare bene tutti gli ingredienti finché non si ottiene un impasto omogeneo. Dividere l'impasto in 24 palline e schiacciarle per dar loro la forma di cookies. Cuocere in forno a 180-200°C 10 minuti per lato (tempo totale di cottura 20 minuti)

## INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER BISCOTTO (45 g)	% AR
ENERGIA	326 kcal	147 kcal	7 %
PROTEINE	9 g	4 g	8 %
CARBOIDRATI	52 g	23 g	9 %
ZUCCHERI	15 g	7 g	8 %
LIPIDI	11 g	5 g	7 %
GRASSI SATURI	2 g	1 g	4 %
FIBRE ALIMENTARI	1 g	1 g	2 %
SODIO	16 mg	7 mg	0 %