

Brownie-Cookies

Zutaten für ca.

16 Brownie-Cookies:

- 3 Bananen (möglichst sehr reif)
- 220 g Haferflocken (zart)
- 80 g Erdnussmus
- 50-80 g Chocolate Chips (zuckerfrei)
- Eine Prise Salz

Nährwerte pro Cookie:

Kcal: 127

Eiweiß: 4g

Kohlenhydrate: 16g

Fett: 4g



Zubereitung:

Schritt 1:

Zerdrücke die Bananen mit einer Gabel. Vermische sie mit den restlichen Zutaten.

Schritt 2:

Heize den Ofen auf 160°C Umflukt (180°C Ober-Unterhitze) vor. Forme kleine Cookies auf einem Backblech (ausgelegt mit Backpapier oder einer Backmatte).

Schritt 3:

15 Minuten backen.