

BISCOITO PROTEICO

INGREDIENTES

2 bananas
1 xícara (chá) de cacau em pó
1 xícara de aveia em flocos finos
1/2 xícara de aveia em flocos
1/2 xícara de granola
1 colher (sopa) de mel orgânico
1 scoop de whey protein (opcional)

MODO DE PREPARO

misture no liquidificador as bananas e o cacau em pó até virar uma massa homogênea
em um recipiente misture a massa com os demais ingredientes
misture bem
em uma forma antiaderente ou untada, molde seus biscoitos
deixe por 20 minutos em forno médio

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/21014-biscoito-proteico.html>