

# BISCOITO PROTEICO DE AVEIA

## INGREDIENTES

1 ovo

3 colheres (sopa) de leite desnatado

1 scoop de whey protein de chocolate ou baunilha

3 colheres (sopa) cheias de açúcar mascavo

adoçante culinário a gosto (cuidado para não ficar muito doce)

1/2 colher (chá) de fermento químico

1 xícara bem cheia de aveia em flocos finos

## MODO DE PREPARO

Em um recipiente, misture bem todos os ingredientes deixando por último a farinha e o fermento.

Com uma colher, pegue pequenas porções da massa, coloque em um tabuleiro untado e deixe um espaço de cinco centímetros entre os biscoitos.

Achate-os com uma colher, salpique canela e açúcar mascavo e leve para assar em forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos ou até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22972-biscoito-proteico-de-aveia.html>