

# COOKIES DE PROTEÍNA

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 1 colher de sopa de óleo de coco
- 1 colher de sopa de farelo de aveia
- 1 colher de sopa de farinha de arroz (pode substituir por qualquer farinha funcional)
- 3 colher de sopa de água ou leite sem lactose ou desnatado
- 1 scoop de whey protein sabor chocolate
- 1 colher de sopa de achocolatado integral
- 5 castanhas-do-pará ou 6 amêndoas trituradas ou uvas passas

## MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes.

Quando formar uma massa homogênea, forme bolinhas pequenas.

Distribua numa assadeira untada com o óleo de coco, formando os cookies.

Se quiser pode usar também forminhas de silicone.

Leve ao forno baixo, preaquecido a 250°C por aproximadamente 30 minutos.

Fique de olho pois o tempo depende muito do seu forno.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31614-cookies-de-proteina.html>