



Barritas de aveia

Com estas barritas de aveia terá energia durante todo o dia!

Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 180°C.
2. Derreta o óleo de coco e misture bem com o puré de maçã. Adicione a Alpro Bebida de Aveia, o mel e a canela e mexa até obter uma textura suave. Adicione a aveia e mexa bem. Acrescente as framboesas.
3. Deite a massa num tabuleiro de forno quadrado (15 cm), previamente untado, e deixe cozer em forno médio durante 15 a 20 minutos, até dourar.
4. Deixe arrefecer e divida em 10 porções iguais. Desfrute!



10 pedaços



25min



Ingredientes

- 1 c. de sopa de óleo de coco
- 120 g de puré de maçã
- 80 ml de Alpro Bebida de Aveia
- 1 ½ c. de sopa de mel
- 1 c. de sopa de canela
- 125 g de aveia
- 150 g de framboesas congeladas

Feito com

Alpro Bebida de Aveia

