

# Ciasteczka owsiane z jabłkami

Pyszne ciasteczka autorstwa Kingi z Gdańska. Spróbowaliśmy je zrobić samodzielnie i możemy zdecydowanie pochwalić za inwencję!

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

32 minuty (w tym 12 minut pieczenie)

## LICZBA PORCJI:

50 ciastek

---

## SKŁADNIKI:

200 g miękkiego masła  
220 g brązowego cukru  
100 g cukru  
2 jajka  
1 łyżeczka esencji waniliowej  
190 g mąki  
2 łyżeczki cynamonu  
1 łyżeczka sody  
1/4 łyżeczki soli  
225 g płatków owsianych  
30 g suszonych jabłek, posiekanych

## **PRZYGOTOWANIE:**

- 1) Utrzeć w misce masło z białym i brązowym cukrem. Dodać jajka i esencję waniliową. Ponownie utrzeć.
- 2) Wymieszać w osobnej misce mąkę, cynamon, sodę oraz sól, dodać do utartej masy i starannie wymieszać. Wsypać płatki owsiane i jabłka, wymieszać. Wyłożyć porcje ciasta łyżką na blachę.
- 3) Piec 10–12 minut w temperaturze 175°C.

## **WARTOŚCI ODŻYWCZE: (zgodnie z przepisem)**

97 kcal, 4 g tłuszczów, 19 mg cholesterolu, 14 g węglowodanów, 1 g błonnika, 1 g białka