

Ovesné sušenky s kokosem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 20

1840 kalorií , **111 g** cukrů , **89 g** tuků , **27 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/ovesne-susenky-s-orisky-a-kokosem>

Příprava

1. Rozpustíme máslo se lžící medu.
2. Horkou vodu smícháme s jedlou sodou a přidáme do máslové směsi.
3. V míse smícháme mouku, cukr, [vločky](#) a kokos. Přilijeme máslovou směs, přidáme vejce a důkladně promícháme.
4. Na plech vyložený pečícím papírem klademe sušenky lžičkou a nebo ručně.
5. Sušenky pečeme na 180°C cca 10 minut dle velikosti a typu trouby.

Ingredience

- 80 g ovesné vločky
- 75 g strouhaný kokos
- 95 g hladká mouka
- 95 g třtinový cukr
- 100 g máslo
- 1 lžíce včelí med
- 1 lžička jedlá soda
- 3 lžíce horká voda
- 1 ks vejce

Tip k receptu

Do těsta můžete přidat dle chuti nadcené oříšky a nebo nalámat čokoládu. Pokud se vám těsto bude sypat, přidejte horkou vodu.

Kategorie

Česká, Celoročně, Rychlovka, Návštěva, Dezert, Svačinka

