

# CESTINI DI AVENA

---



## INGREDIENTI

---

*per 10 cestini circa*

120 g di fiocchi di avena germogliati Live Better  
1 banana matura  
1 albume  
1 pizzico di cannella  
yogurt greco  
frutta fresca a piacere

## PREPARAZIONE

---

In una ciotola schiaccia con una forchetta la banana fino a ridurla in polpa. Aggiungi i fiocchi di avena germogliati Live Better, la cannella e infine l'albume montato a neve.

Mescola fino ad ottenere un composto omogeneo.

Ungi con olio o burro degli stampini per tartellette o per muffin (anche gli stampi in carta usa e getta vanno bene) e metti in ogni stampo due cucchiaini di composto. Con le mani pressa per dare la forma del cestino.

Fai cuocere in forno ventilato a 170° per circa 20 minuti.

Fai raffreddare. Estrai poi i cestini e riempi con lo yogurt greco.

Aggiungi frutta fresca a piacere.