

KULKI MOCY

około 15 kulek

1 h 30 minut

SKŁADNIKI:

- 200 g daktyli
- 2 łyżki wiórków kokosowych
- 1 łyżeczka kakao
- 80g mąki migdałowej
- garść orzechów brazylijskich
- 1 banan
- sól
- 1 łyżka słonecznika
- dodatki do obtoczenia: wiórki, kakao, sezam itp.

SPOSÓB WYKONANIA

1.Daktyle zalej wrzątkiem, odczekaj 10 minut, a następnie odcedź.
2.Daktyle, wiórki, kakao, mąkę, banana, sól i nasiona słonecznika wrzuć do pojemnika i zblenduj na gładką masę.
3.Orzechy pokrój na mniejsze kawałki i dodaj do masy.
4.Uformuj kulki i obtocz je wiórkami, kakao czy sezamem.
5.Włóż do lodówki na minimum 1 godzinę.

planteon
zasmakuj świata