Raw Energikuler med kokos, pistasj og bringebær



Ingredienser

♥ 200 g myke dadler
♥ 100 g cashewnøtter
♥ 75 g pekannøtter
♥ 50 g gresskarkjerner
♥ 50 g kokos
♥ 3 ss chiafrø

Pynt:
♥ 3 ss kokos
♥ 3 ss bringebærpulver
♥ 3 ss hakkede pistasjnøtter
♥ 2 ss gullfarget kakestøv

Fremgangsmåte

Ha alle ingrediensene i en food processor og kjør blandingen sammen til du får en bløt masse som kan formes.

Form små kuler som trilles i for eksempel kokos, hakkede pistasjnøtter, gullfarget kakestøv og/eller bringebærpulver.

Tips

♥ Bruk store, myke dadler. Hvis du synes de er for harde, hjelper det å bløtlegge dem i varmt vann i 30 minutter.

♥ Jeg bruker kakestøv og bringebærpulver av merket Mill & Mortar. Fås blant annet kjøpt i butikkene til Meny.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/raw-energikuler-med-kokos-pistasj-og-bringebaer