Raw Matcha-kuler



Ingredienser

♥ 150 g macadamianøtter (eller skåldede mandler, se tips)
♥ 1 dl mandelmel
♥ 200 g dadler (uten stener)
♥ 2 ss lønnesirup (eller agavesirup)
♥ 2 ts kokosolje (se tips)
♥ 1,5 ts matcha (se tips)

Pynt:
♥ 1 dl mandelmel
♥ 1 ts matcha

Fremgangsmåte

Finn frem ingrediensene.

Ha først nøttene i en food processor og kjør til de bli finmalte. Tilsett mandelmel, dadlene og de øvrige ingrediensene og kjør blandingen sammen (se tips).

Trill små kuler.

Bland mandelmel med matchapulver i en skål og rull kulene i blandingen.

Tips

♥ Blandingen blir nokså bløt, så regn med at du må vaske hendene noen ganger underveis når du triller ut kulene. Men blandingen skal selvsagt ikke være så bløt at den ikke kan trilles ut. Tilpass mengden malte nøtter hvis du synes blandingen blir

altfor bløt (det kan være kjekt å ha litt mandelmel i bakhånd). Konsistensen avhenger av hvor bløte dadlene er.

♥ Jeg har her brukt macadamianøtter, men skåldede mandler går også helt fint å bruke i stedet!

♥ Bruk helst kokosolje med nøytral smak.

♥ Kulene har lang holdbarhet. Oppbevar dem i kjøleskapet. De kan også fryses.

♥ Matchapulver fås kjøpt i en rekke helsekostforretninger, delikatesseforretninger og på nett.

♥ Husk at det er nokså mye koffein i matchapulver.

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

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/raw-matcha-kuler