

ELDORATV

ENERGY BALLS

Ingredients (Pour 4 personnes)

- 100 g d'amandes émondées
- 100 g de noix de cajou
- 100 g de dattes
- 30 g de noix de coco râpée
- 10 g de cacao en poudre
- 2 c. à s. d'huile de colza
- Cacao et noix de coco râpée pour l'enrobage

Preparation:

Mettre les amandes et les noix de cajou dans un mixeur et mixer en poudre grossière.

Ajouter les dattes coupées en dés, 30 g de noix de coco râpée, le cacao et l'huile. Mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte.

Confectionner des petites boules. Les rouler dans du cacao ou de la noix de coco râpée et déguster.

