



Energy Balls



INGRÉDIENTS

Pour **10 pièces**:

- 60 g de beurre de cacahuètes (sans sucres ajoutés)
- 4 gouttes d'édulcorant stevia liquide (= 4 cuillères à café de sucre)
- 40 g de flocons d'avoine
- 2 c. à s. de noix hachées
- 2 c. à s. de mix de graines
- 2 c. à s. de cerises (ou canneberges) séchées
- 1 c. à s. de poudre de cacao

PRÉPARATION

Mettre le beurre de cacahuètes, la poudre de cacao, les noix, les flocons d'avoine et l'édulcorant dans un blender et mixer jusqu'à obtention d'une pâte solide.

Ajouter les graines et les fruits secs et incorporer en malaxant manuellement.

Faire des petites boules.



* par rapport à une version sucrée

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS VALIDÉES SUR LES ÉDULCORANTS EN LIGNE:

www.EDULCORANTS.eu