Fit daktylowe kulki mocy

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy
Czas przygotowania: 5 min
Liczba porcji: 20
Czas gotowania: 15 min

Użyte akcesoria :

- nóż

Przygotowanie :

Krok 1 - 100 g daktyli suszonych przełożyć do szklanki, wlać zimną wodę, odstawić daktyle na około 20 minut, aby się namoczyły. Po tym czasie dobrze odlać z nich wodę.

Krok 2 - W naczyniu miksującym umieścić nóż. Włożyć 100 g namoczonych daktyli, wsypać 60 g płatków owsianych, 80 g pestek dyni, 30 g wiórek kokosowych, 15 g ciemnego kakao, dodać 160 masła orzechowego i 50 g oleju kokosowego.

Krok 3 - Zamknąć pokrywę dzbanka z zamkniętą zaślepką.

Krok 4 - Zmiksować na gładką masę: temperatura 0, czas 30 sekund, prędkość 7.

Krok 5 - Zdjąć pokrywę, wyjąć nóż.

Krok 6 - Ze ścianek dzbanka miksującego przy pomocy łopatki zgarnąć masę.

Krok 7 - Z masy dłońmi formować kuleczki wielkości orzecha włoskiego.

Wskazówki :

Daktylowe kuleczki można obtoczyć w wiórkach kokosowych lub zmielonychorzechach włoskich