

Kulki czekoladowo orzechowe fit



Składniki

100 g - Kasza jaglana
450 ml - Mleko kokosowe
3 łyżka - Miód
1 szklanka - Orzechy
4 garść - Kokos do
obtoczenia
1 łyżka - Syrop klonowy
1 łyżeczka - Cukier
waniliowy
0,5 szklanka - Daktyle bez
pestek
2 łyżka - Masło
orzechowe
2 łyżka - Karob

Opis wykonania

Lekka wersja pysznych słynnych kuleczek

Kasze przepłukać pod wodą. W garnku zagotować mleko cukier waniliowy, daktyle pokrojone drobno, syrop. Do gotującego się mleka dodać kasze i mieszać od czasu do czasu.. gotujemy do momentu aż kasza wsiąknie całe mleko. Na sam koniec jak już masa będzie gęsta wyłączyć palnik, dodać miód, orzechy i masło orzechowe, karob i dokładnie mieszamy. Masę odstawić do wystygnięcia. Z lekko ciepłej masy robimy kulki, obtaczamy w wiórkach z orzechami i odstawiamy do lodówki.