

Krówki z nerkowców



Składniki

1 szklanka - nerkowce
10 szt. - morele suszone
na słońcu
2 łyżka - masło orzechowe

Opis wykonania

Zdrowe słodczyce. Tak eleganckie i smaczne, że aż nieprzyzwoite. Aż trudno uwierzyć, że można je jeść całkiem bez poczucia winy. Najlepsze!

Nerkowce przełożyć do blendera wysokoobrotowego i zmiksować krótko, nie całkiem na gładko. Dodać morele i masło orzechowe. Miksować tak długo, aż masa będzie lepka, jednolita i łatwo formowalna w palcach. Keksówkę lub inną niewielką foremkę wyłożyć folią spożywczą, pozostawiając nadmiar folii na bokach. Przyda się do zawinięcia krówki. Na folię wykładamy masę, ugniatamy dłonią lub mokrą łyżką, zawijamy szczelnie folią i wstawiamy do lodówki. Najlepiej aby masa chłodziła się od kilku godzin, aż po całą noc. Dzięki temu łatwo będzie ją kroić.