

Energikugler med mandler og abrikoser (vegan)



 30 min.  67 kcal  SteviaSweet Flydende

Fremgangsmåde

Hæld alle ingredienserne i køkkenmaskinens skål. Rør rundt, indtil massen har opnået en jævn konsistens. Tilføj evt. 1-2 spsk koldt vand, hvis massen ikke føles klæbrig nok. Tril små kugler ud af massen. Opbevar de færdige kugler i en lufttæt beholder i køleskabet.

Ingredienser til 20 stykker

200 g	mandler
100 g	tørrede abrikoser
3 spsk	frysetørrede blåbær
1 tsk	SteviaSweet Flydende
1/2 tsk	vaniljepulver
1/2 tsk	kardemomme
1/2 tsk	salt

Næringsværdi per portion

67	kcal
280	kJ
3	g Protein
3	g Kulhydrater
5	g Fedt