

MIX POUR BOUCHEES « ENERGIE »

Pour réaliser une quinzaine de bouchées « énergie », il vous faudra ajouter 60ml de sirop d'agave.

Comment procéder :

Mixez à l'aide d'un robot tous les ingrédients du bocal, sauf le petit sachet de pépites de chocolat, afin d'obtenir un sable grossier.

Ajoutez 60ml de sirop d'agave, mixez encore un peu.

Ajoutez le sachet de pépites de chocolat et mélangez à l'aide d'une spatule.

Formez de petites boulettes, les tasser dans le creux de la main et les rouler avec les 2 paumes (pour plus d'aisance, roulez les boulettes avec les mains mouillées).

Déposez dans une boîte les boulettes (si besoin, tapissez la boîte de papier sulfurisé pour que les boulettes n'accrochent pas). Placez au congélateur ou au freezer pendant une heure.

Ces bouchées se conservent très bien au réfrigérateur pendant plusieurs jours.

Découvrez de nombreuses autres recettes sur www.lacuisinedannaetofivia.com

MIX POUR BOUCHEES « ENERGIE »

Pour réaliser une quinzaine de bouchées « énergie », il vous faudra ajouter 60ml de sirop d'agave.

Comment procéder :

Mixez à l'aide d'un robot tous les ingrédients du bocal, sauf le petit sachet de pépites de chocolat, afin d'obtenir un sable grossier.

Ajoutez 60ml de sirop d'agave, mixez encore un peu.

Ajoutez le sachet de pépites de chocolat et mélangez à l'aide d'une spatule.

Formez de petites boulettes, les tasser dans le creux de la main et les rouler avec les 2 paumes (pour plus d'aisance, roulez les boulettes avec les mains mouillées).

Déposez dans une boîte les boulettes (si besoin, tapissez la boîte de papier sulfurisé pour que les boulettes n'accrochent pas). Placez au congélateur ou au freezer pendant une heure.

Ces bouchées se conservent très bien au réfrigérateur pendant plusieurs jours.

Découvrez de nombreuses autres recettes sur www.lacuisinedannaetofivia.com

MIX POUR BOUCHEES « ENERGIE »

Pour réaliser une quinzaine de bouchées « énergie », il vous faudra ajouter 60ml de sirop d'agave.

Comment procéder :

Mixez à l'aide d'un robot tous les ingrédients du bocal, sauf le petit sachet de pépites de chocolat, afin d'obtenir un sable grossier.

Ajoutez 60ml de sirop d'agave, mixez encore un peu.

Ajoutez le sachet de pépites de chocolat et mélangez à l'aide d'une spatule.

Formez de petites boulettes, les tasser dans le creux de la main et les rouler avec les 2 paumes (pour plus d'aisance, roulez les boulettes avec les mains mouillées).

Déposez dans une boîte les boulettes (si besoin, tapissez la boîte de papier sulfurisé pour que les boulettes n'accrochent pas). Placez au congélateur ou au freezer pendant une heure.

Ces bouchées se conservent très bien au réfrigérateur pendant plusieurs jours.

Découvrez de nombreuses autres recettes sur www.lacuisinedannaetofivia.com