

Nepečené datlovo-konopné kuličky s konopným semínkem

Složení:

Hrnek loupaných konopných semínek (2 lžíce do směsi + na obalení)

50 g datlí

100 g ovesných vloček

3 polévkové lžíce oříšků (mandle / lískové / vlašské)

3 polévkové lžíce nasekané čokolády

1 lžíce javorového sirupu nebo medu

Příprava: Nejprve rozmixujte oříšky. Zvlášť rozmixujte předem namočené datle (asi hodinu nechat namočené). K datlím přidejte ovesné vločky, nasekanou čokoládu, loupaná konopná semínka, javorový sirup nebo med a dále mixujte, až vznikne hladká hmota. Z hmoty nejdříve zkuste vytvořit kuličku – měla by být měkká a lepivá. Přidejte oříšky a promíchejte. Z hmoty vyválejte kuličky a ty obalte v konopném semínku. Ideální je, vložit hotové kuličky na chvíli do lednice.