Hjemmelagde CocoCrunch™



Ingredienser

♥ 200 g havregryn
♥ 40 g kakao
♥ 50 g kokos
♥ 1 ts kaffepulver
♥ 1 ts vaniljesukker
♥ 0,5 ts maldonsalt
♥ 1 dl lønnesirup
♥ 1 dl smeltet kokosolje
♥ 1 ss mandelolje
♥ 80 g spiret bokhvete (se tips)

Pynt:
♥ 50 g kokos

Fremgangsmåte

Kjør havregryn lett sammen i en food processor så det blir til grovt havremel. Tilsett kakaopulver, kokos, kaffepulver, vaniljesukker og maldonsalt og kjør dette sammen til en finkornet blanding. Tilsett lønnesirup, smeltet kokosolje og mandelolje og kjør sammen til en bløt masse.

Ha massen i en bolle sammen med spiret bokhvete. Kna bokhveten inn i deigen.

Form deretter 20 kuler som rulles i kokos. Sett kulene i kjøleskapet i minst 1 time før servering, så de blir fastere.

Tips

♥ Spiret bokhvete fås kjøpt i helsekostforretninger.

♥ Kulene oppbevares i kjøleskapet og har lang holdbarhet.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/hjemmelagde-cococrunchtm