

Raw kuličky plné energie



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 55min , Porce: 20

920 kalorií , 5 g cukrů , 15 g tuků , 34 g bílkovin

Autor: Pajunc

Odkaz: <https://srecepty.cz/raw-kulicky-plne-energie>

Příprava

Všechny suroviny smícháme a dáme vychladit do lednice alespoň na 30 minut - po vychlazení se budou lépe tvarovat kuličky. Po vytáhnutí z lednice "ukoulíme" kuličky - velikost dle vlastního uvážení. Já je dělala velké jako raffaello. Hotové kuličky naskládáme do uzavíratelné nádoby a uchováváme v lednici. Tak vydrží minimálně týden.



Tip k receptu

Klidně si trochu kokosu nechte stranou a kuličky v něm obalte.



Ingredience

- ✓ 1 hrnek ovesných vloček
- ✓
- ✓ čtvrt hrnek kokosová moučka
- ✓ čtvrt hrnek včelí med
- ✓ 2 lžičky lněného semínka
- ✓ 1 hrst Chia semínek

Kategorie

Česká, Bezlepková, Rychlovka, Štíhlá slečna, Vegetarián, Svačinka