

- Bolinhas Energéticas -

Ingredientes:

- 200g de tâmara sem caroço
- 200g de figo seco
- 100g de amêndoa
- 2 colheres de sopa de óleo de coco
- 3 colheres de sopa de cacau em pó
- 1 colher de sopa de canela
- Raspa de limão

Modo de preparação:

Triture todos os ingredientes num processador.

Forme bolinhas e decore com mistura de sementes ou coco ralado.

Ótima opção de snack para o trabalho ou para as lancheiras das crianças.

