

Recette de boules d'énergie

Ingrédients pour 8 boules énergétiques

- 100 g de dattes dénoyautées et mixées
- 20 g d'amandes concassées
- 50g flocons avoine
- ½ cuillère à soupe de cacao
- 1/2 cuillère à soupe de miel



Préparation

1. Mélanger les dattes mixées avec les amandes, le cacao et le miel

2. Former des petites boules de pâte...

Et c'est prêt !!!