



כדורי אנרגיה חמאת בוטנים

מצרכים:

- 1 1/2 כוסות קשיו טבעי
- 1/2 כוס זרעי המפ
- 1/2 כוס חמאת בוטנים
- 1/2 כוס חמאת קקאו
- 1/2 כוס חמאת קוקוס
- 1/4 כוס סירופ מייפל
- 1 כפית קינמון טחון
- 1/2 כפית מלח הימלאיה

אופן ההכנה:

להמיס את חמאת הקקאו וחמאת הקוקוס בקלחלת קטנה על אש נמוכה.

להכניס את כל המצרכים לתוך קנקן הויטמיקס ולסגור את המכסה.

לבחור במהירות 1, להפעיל את הויטמיקס ולהגביר למהירות 5. לטחון במשך 45 שניות.

להעביר את הבצק לקערה גדולה ולקרר במקרר במשך 20 עד 30 דקות עד שהוא מסמיך.

לכדרר לכדורים בעזרת כף לגלידה קטנה ולאחסן במקרר בקופסת אחסון.