

RECEITA DA SESSÃO



Ingredientes:

- 55g de aveia
- 75g de tâmaras sem caroço
- 60g de manteiga de amendoim
- 1/2 cenoura média
- 1 c. sopa de coco ralado



Modo de Preparação:

- Ralar a cenoura e reservar;
- Num processador adicionar a aveia e triturar até obter uma consistência de farinha, adicionar a cenoura ralada e triturar;
- Adicionar as tâmaras, a manteiga de amendoim e o coco e misturar no processador até obter uma mistura homogénea;
- Formar pequenas bolinhas, passar pelo coco ralado ou cacau em pó, a gosto.

