

BAJADERKI

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
5 os.	20 min	444 kcal	8	84	10

Bajaderki - kupisz je w każdej cukierni. Kojarzone z pralinkami formowanymi z resztek ciast. Pora, aby przygotować je w domu i wrócić do smaków dzieciństwa.

SKŁADNIKI

Na 20 sztuk

- 250g daktyle suszone
- 20g karob
- 20g kakao niskotłuszczowe
- 100g ciasta Amaranthuski z malinami (Konfiturka)
- 100g płatki kukurydziane bio
- 50g wafle Florentin kukurydziane (Konfiturka)
- 50g pistacje surowe
- 30g wiórki kokosowe
- kieliszek bacardi

PRZYGOTOWANIE

1. Daktyle namoczyć i zblendować na gładką masę, wsypać karob, kakao i wymieszać.
2. Ciasteczka Amaranthuski, płatki kukurydziane, wafle Florentin i pistacje posiekać i zmielić w młynku.
3. Wymieszać z masą daktylowo-kakaową, bacardi i uformować kuleczki.
4. Kulki obtoczyć w wiórkach kokosowych i włożyć do lodówki, aby się schłodziły.