

Boules énergies chocolat- sésame – Fêtes Gourmandes 2021

Cuisson : minutes

Temps homme :

Rendement : 530 gr (ou 26.5 boules)

1x Boule = 20 gr

Quantité	Ingrédients	Quantité X5	Quantité X20
400 gr	Pâtes de dattes		
50 gr	Graines de sésame torréfiées		
50 gr	Flocons d'avoine		
30 gr	Poudre de cacao		

1. A l'aide d'un robot, Pulser ensemble tous les ingrédients jusqu'à texture fine. Faire des boules.
2. Conserver au frigo 14 jours.
3. Se congèle très bien.