

BATONY BEZ PIECZENIA

Składniki

- 100 g migdałów
 - 30 g suszonych daktyli
 - 20 g nasion słonecznika
 - 20 g płatków owsianych bezglutenowych (nie błyskawicznych)
 - 2 łyżki soku z cytryny
-

- wszystkie składniki blendujemy
- najpierw formujemy prostokąt, a następnie kroimy go na batony
- z tej masy można również zrobić kulki (12 szt.) i obtoczyć je np. w wiórkach kokosowych