



Raw Energikuler med kokos, pistasj og bringebær

Ingredienser

- ♥ 200 g myke dadler
- ♥ 100 g cashewnøtter
- ♥ 75 g pekannøtter
- ♥ 50 g gresskarkjerner
- ♥ 50 g kokos
- ♥ 3 ss chiafrø

Pynt:

- ♥ 3 ss kokos
- ♥ 3 ss bringebærpulver
- ♥ 3 ss hakkede pistasjnøtter
- ♥ 2 ss gullfarget kakestøv



Fremgangsmåte

Ha alle ingrediensene i en food processor og kjør blandingen sammen til du får en bløt masse som kan formes.

Form små kuler som trilles i for eksempel kokos, hakkede pistasjnøtter, gullfarget kakestøv og/eller bringebærpulver.

Tips

- ♥ Bruk store, myke dadler. Hvis du synes de er for harde, hjelper det å bløtlegge dem i varmt vann i 30 minutter.
- ♥ Jeg bruker kakestøv og bringebærpulver av merket Mill & Mortar. Fås blant annet kjøpt i butikkene til Meny.

© 2004 - 2025: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

Source URL: <https://www.detsoteliv.no/oppskrift/raw-energikuler-med-kokos-pistasj-og-bringebaer>