



CPE

Chez tante Juliette



Titre : Bouchées sans cuisson

Ingrédients :

- 2 tasses de flocons d'avoine
- 2 Tasses de noix de coco rapée
- 1 tasse de beurre de soya
- 1 Tasse de graine de lin / citrouille ou chia
- 1 tasse de pépites de chocolat
- 2/3 de tasse de miel
- 2 cuillères à soupe d'extrait de vanille
- Cannelle au gout

Méthodes :

Il suffit de mélanger les ingrédients secs (avoine, coco, lin, chocolat), puis ajouter les ingrédients humides/ liquides (beurre de soya, miel, vanille). Mélangez bien, puis formez des petites boules !
C'est tout, simple, facile et délicieux.

Astuces :

