



Hallon- & blåbärsbollar

Kock: **Ylva Lindgren** Tid: **15 min** Portioner: **20 bollar**

Gott och nyttigt fika - rawfoodbollar med smak av hallon och blåbär!

De här bollarna är lika goda till fikat, som mellanmål eller efter träningen!





INGREDIENSER

150 g sötmandel
10 st färska dadlar, urkärnade
1 msk mandelsmör (eller annat nötsmör)
3 msk kokosflingor
2 msk kokosolja
1 tsk vaniljextrakt eller vaniljpulver
1 liten nypa salt
50 g torkade blåbär

Att rulla bollarna i

0.75 dl frystorkade hallon
0.75 dl kokosflingor

GÖR SÅ HÄR

- 1** Mixa mandeln fint. Tillsätt alla övriga ingredienser, utom de torkade blåbären. Mixa ihop till en massa och blanda sist i de torkade blåbären. Forma till små bollar.
- 2** Blanda samman frystorkade hallon och kokosflingor. Mixa ihop för att få en lite finare konsistens. Rulla bollarna i hallon- & kokosblandningen. Förvara i kylskåp eller frys in.