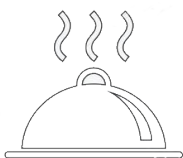


Сыроедческие трюфели с миндалем



0 ч 30 мин



10 порции



4 ингредиента

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Калорийность:	267 Ккал
Белки:	7.6 грамм
Жиры:	18.7 грамм
Углеводы:	19.1 грамм

Ингредиенты

Категории: [Выпечка и десерты](#)

Ингредиент	Кол-во
Какао	7 ст. л.
Финики	200 г
Грецкие орехи	200 г
Миндаль	15 штук

Инструкция

1. Миндаль заливаем водой, и, через полчаса, когда он чуть размякнет, очищаем его от кожуры.
2. Засыпаем грецкие орехи в молку и включаем, пока они не станут мукообразными. Финики тоже измельчаем, пока ни не превратятся в пасту.
3. Смешиваем финики и ореховую муку, затем добавляем какао или кэроб и снова перемешиваем.
4. Лепим из полученной массы конфеты, в середину каждой из них помещаем миндальный орешек. Ставим в холодильник на пару часов.