

ENERGY BALLS NOIX DE CAJOU & FIGUES



Recettes100faim.fr

Préparation : 15 minutes | Pas de cuisson
Pour 20 energy balls

Ingrédients :

- Fruits oléagineux 200g : noix de cajou
- Fruits secs : figues séchées 200g
- Noix de coco râpée 4 càs

Astuces :

- Varier les fruits oléagineux et les fruits secs en fonction de vos goûts en respectant les bonnes proportions (50% de chaque).
- Rouler les energy balls dans du sésame, des graines de lin, du pavot...

1. **Mixer finement** les noix de cajou et les figues séchées.
2. Former des **boules** entre vos mains en serrant bien pour éviter qu'elles ne s'effritent.
3. Facultatif : **rouler** les boules dans la noix de coco râpée.

Conservation : 1 semaine maximum, à température ambiante dans une boîte hermétique.



@Recettes100faim.fr