

# Kakaolu Enerji Lokmaları

Toplam 15 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 0 dk

12 kişilik

Kolay

~160 kcal

Açılış 3/10

Hurma, yulaf ve kakao kışın sürede yoğun bir ara öğün lokması dönüşür.

## Malzemeler

- 200 gr Hurma
- 120 gr Yulaf
- 2 yemek kaşığı Kakao
- 80 gr Fındık
- 40 gr Kokos rendesi

## Yapılış

1. Hurma, yulaf, kakao ve fındıktan geçirin.
2. Karışımın 2 lokma yuvarlayın.
3. Kokos rendesine bulayın 20 dakika soğutun.

### PÜF NOKTASI

Karışımın içinde sıkıca öğütülmüş yulafı kullanmaya hazır ol.

### SERVIS ÖNERİSİ

Buzdolabında soğuk saklayın.

## Alerjenler

Gluten

Kuruyemiş