**Energi kokosbollar för snabb återhämtning**

1 dl malda mandlar

1 dl malda valnötter eller cashewnötter

2 dl dadlar blötlagda eller aprikoser , som är osvavlade. Det innebär att de ser lite mörkare ut.

2 dl katrinplommon blötlagda

2 dl kokosflingor (Spara 0,5 dl att rulla bollarna i )

1 tsk kanel

Mal eller hacka nötterna i en mixer. Mixa ned dadlar och katrinplommon, lite i taget. Mixa ned kokosflingorna lite taget. Tillsätt kanelen. Forma smeten till runda bollar och rulla i kokos.

 Håller i kylskåp ca 10 dagar.

Supergoda och enkla att göra. Dessutom innehåller de inga konstigheter! ☺

Låt väl smaka och lycka till!

Sara Pålbrant
Dipl kost & näringsrådgivare