

HAVREGRYNSKUGL ER UDEN SMØR

De her havregrynskugler smager helt forrygende, og så er de endda sundere end de traditionelle af slagsen. Smør og sukker er nemlig byttet ud med dadler og kokosolie, så man stadig får den samme lækre og syndige smag. At de tilmed er nemme at lave, er kun en bonus.

Til

- 100 g friske dadler
- 50 g kokosolie
- 4 spsk kakaopulver
- 2 dl havregryn
- evt. 1 spsk vand (hvis dejen er for tør)



FEDTFATTIG

Fjern stenen fra dadlerne, og blend dem i en foodprocessor, minihakker eller lignede sammen med kokosolie og kakaopulver.

Kom massen op i en skål sammen med havregryn, og ælt det godt sammen med hænderne. Tilsæt evt. vand, hvis dejen virker for tør i det. Form massen til 16 kugler.

Kom havregrynskuglerne i en lufttæt beholder, og opbevar dem i køleskabet.

[Klik her og få vores gratis e-bog med flere lækre kager helt uden smør, mel og raffineret sukker.](#)