

# Owsiane kuleczki



Autor: **ciacho50**  
Przepisów: **548** Ocena: **7630**

3-4 os. 15 min łatwe tanie



## Składniki:

- 1/2 szklanki płatków owsianych błyskawicznych
- wrzątek
- 3 łyżki rodzynek
- 3 łyżki siemienia lnianego
- 4 łyżki ziaren słonecznika
- 2 łyżki cukru trzcinowego lub innego ulubionego cukru
- kilka kropel aromatu (dałam pomarańczowy)
- 1 łyżka oleju kokosowego
- kakao do obtoczenia

## Sposób przygotowania:

- 1 Płatki wsypać do szklanki i uzupełnić wrzątkiem po brzegi. Zamieszać i odstawić do napęcznienia.  
Po czym wsypać uprażone pestki słonecznika, rodzynki, cukier i siemię lniane.  
Wymieszać ponownie i odstawić na 15 minut.

Masa przez ten czas zgęstnieje. Małą łyżeczką nabieramy porcje. I formujemy jednakowe kuleczki.

Wewnętrzne strony dłoni smarujemy olejem kokosowym.

Po uformowaniu wszystkich kuleczek, należy obtoczyć je w kakao.

Masę przed przystąpieniem do formowania kulek, należy spróbować i ewentualnie dosłodzić według uznania.

## Twoje notatki do przepisu: