



Queste palline golose si preparano in pochi minuti e si conservano per circa 10 giorni, in frigorifero.

La prima volta che le ho preparate le ho messe subito in frigo, ma non è stata una bella idea: sono rimaste appiccicose ed il sapore poco apprezzabile. Quindi le ho rifatte, conservandole a temperatura ambiente e modificando la ricetta originale, rendendola più sana:

- 128 gr di crema di arachidi (*ricetta originale: burro di arachidi*)
- 3 cucchiaini di sciroppo di fiori di cocco (*ricetta originale: sciroppo di acero*)
- 48 gr di farina di mandorle
- 45 gr di fiocchi di avena
- 1 pizzico di sale
- 1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia
- 42 gr di cioccolato fondente dolcificato con stevia (*ricetta originale: gocce di cioccolato*)

Le mie modifiche riducono l'impatto insulinico, ma non sono obbligatorie, puoi anche fare riferimento agli ingredienti originali: le quantità non variano!

Mescola tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo, forma delle palline e conserva a temperatura ambiente per 24 ore.

Il giorno successivo potrai già gustarle! Conservale in un contenitore ermetico, al riparo da fonti di calore (*nella stagione calda è meglio conservarle in frigo*).