

Boules Caroube à la Coco

J'ai revisité cette recette de mon enfance à la mode céto... Bonne dégustation !

Pour une trentaine de bouchées :

- 100 g de Caroube en poudre
- 100 g de Noix de coco en poudre (un peu plus pour rouler les boules)
- 50 g de purée d'amandes (ou noisettes, cajou...)
- 60 g de graisse de coco
- Xylitol ou Stévia selon le goût



Préparation

- Faire fondre la graisse de coco, ajouter la purée d'amandes (ou noisettes, cajou...) et bien mélanger jusqu'à ce que ce soit homogène.
- Mélanger la caroube et la noix de coco en poudre, puis ajouter la graisse de coco fondue avec la purée d'amande et éventuellement le Xylitol ou la stévia jusqu'à l'obtention d'une pâte consistante. Elle ne doit être ni trop molle ni trop sèche afin de permettre de former des petites boules avec les doigts.
- Rouler chaque boule dans de la poudre de noix de coco.
- Déposer sur une assiette et conserver à température ambiante (quelques jours sans problème). Eviter le froid qui fait perdre du moelleux.

A servir en en-cas ou dessert !

En option : pour plus de croquant possibilité d'ajouter des graines de chia ou de sésame.