

RECEPT

Picknickbar med Nutella®

Lätt

30 Min



INGREDIENSER

FÖR 8 BARS

- 3 msk kokosolja
- 20 torkade dadlar
- 1 dl skalade mandlar
- 1/2 dl pumpafrön
- 2 dl havregryn
- 1 dl torkade tranbär
- 1/2 dl vatten
- 120 g Nutella®



För att tillaga detta läckra recept är 15g Nutella per person lagom för att avnjutas!

Gör så här

- 1 Smält kokosolja i en kastrull.
- 2 Blanda kokosolja, dadlar och mandel till en tjock smet i en matberedare.
- 3 Tillsätt pumpafrön, havregryn, tranbär och vatten. Mixa väl.
- 4 Täck 2 avlånga brödformar (ca 1 1/2 liter) med plastfolie och tryck ut hälften av smeten jämnt i var och en av formarna.
- 5 Låt stelna i kylan.
- 6 När smeten har stelnat, ta ur den från formarna. Bred Nutella® ovanpå det första lagret och lägg sedan det andra lagret ovanpå.
- 7 Skär till 8 bars och förvara svalt och torrt.