



ENERGY BALLS -ΜΠΙΣΚΟΤΑΚΙΑ

ΥΛΙΚΑ:

- 150gr λευκά αμύγδαλα
- 1 κ.γλ μαγειρική σόδα
- ½ κ.γλ αλάτι
- 140gr μέλι
- 120gr ταχίνι
- 1 ½ κ.σ ελαιόλαδο
- ½ κ.γλ εκχύλισμα βανίλιας
- 2 κ.σ ωμό σουσάμι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε τα αμύγδαλα στο μπλέντερ μαζί με την μαγειρική σόδα και το αλάτι και τα χτυπάμε μέχρι να αλεστούν.

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε με σύρμα το μέλι, το ταχίνι, το ελαιόλαδο και το εκχύλισμα βανίλιας.

Προσθέτουμε το μείγμα με τα αμύγδαλα στο μπολ με το μέλι-ταχίνι και αρχίζουμε να ανακατεύουμε/ ζυμώνουμε ίσα ίσα να σχηματιστεί μια μαλακή ζύμη που δεν θα κολλά στα χέρια.

Βάζουμε το σουσάμι σε ένα μπολάκι και μετά πλάθουμε την ζύμη σε μπαλίτσες των 25 gr και τα ρολάρουμε στο σουσάμι.

Τοποθετούμε τις μπαλίτσες σε ταψί πάνω σε λαδόκολλα. Προσέχουμε να έχουν απόσταση μεταξύ τους γιατί θα απλωθούν στο ψήσιμο. Ίσως χρειαστεί να τα ψήσουμε σε 2 δόσεις.

Ψήνουμε τις μπαλίτσες σε προθερμασμένο φούρνο στους 180Cο για περίπου 11/12 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα.

Τις αφήνουμε να κρυώσουν και μετά τις απολαμβάνουμε!