



"Fat bomb" à la noix de coco

COCO

Ingrédients

- 2 tasses de noix de coco déshydratée non sucrée
- 1/2 tasse de crème de noix de coco en conserve (secouez la conserve avant l'utilisation, à température ambiante)
- 1/3 de tasse d'érythritol
- 1/3 de tasse d'huile de noix de coco fondue, à température ambiante

Enrobage chocolaté

- 6 oz de pépites de chocolat sans sucre
- 2 c. à café d'huile de noix de coco

Préparation

- Dans le hachoir, combiner l'huile de coco, la noix de coco, l'érythritol et la crème de coco. Mélanger jusqu'à ce que ça forme une fine pâte à la noix de coco humide.
- Former la pâte crue en boules avec la plus petite tête de la cuillère portionneuse.
- Mettre sur une plaque en silicone et mettre de côté au congélateur pendant que vous préparez l'enrobage de chocolat.
- Faire fondre les pépites de chocolat avec l'huile de coco au micro-ondes par coups de 30 secondes.
- À l'aide de deux fourchettes, tremper chaque boule dans le mélange de chocolat fondu.
- Remettre sur la plaque en silicone.
- Congelez à nouveau pendant 10 à 15 minutes pour fixer le chocolat.

SE CONSERVE AU RÉFRIGÉRATEUR JUSQU'À 4 SEMAINES OU AU CONGÉLATEUR.
DÉCONGELER 30 MINUTES AVANT DE DÉGUSTER.