



BOULES AU RHUM, FRUITS ET NOIX

Douceur, Sélection du Chef

Sel de mer

Niveau de difficulté : ●○○○○○

Temps de préparation: 5 min



Pour d'autres délicieuses recettes, visitez

www.selwindsor.com

Ingrédients

2 tasses	noix de Grenoble
2 tasses	dattes (dénoyautées)
1 c. à table	huile de noix de coco
3 c. à table	poudre de cacao
3 c. à table	rhum
3 oz	chocolat noir
1 c. à thé	Le Saunier de Camargue Fleur de Sel

Preparation

1. Dans un robot culinaire ou le récipient du mélangeur, broyer finement les noix. Ajouter les dattes, l'huile de noix de coco, le cacao et le rhum. Mélanger jusqu'à consistance lisse.
2. À l'aide d'une cuillère à table (15 ml), former des boules. Réfrigérer 30 minutes ou jusqu'à durcissement.
3. Pendant ce temps, chauffer le chocolat jusqu'à ce qu'il soit fondu.
4. Tremper le dessus des boules de rhum dans le chocolat; saupoudrer de Fleur de Sel Le Saunier de Camargue. Garder au réfrigérateur dans un récipient hermétique.

Portions : 30 boules

Par boule au rhum (20 g) | Calories 110 | Lipides 7 g | Glucides 11 g | Protéines 2 g