

Jáhlové raffaello

Kuličky jsou rafinovaným způsobem, jak schovat zdravou surovinu jako jsou jáhly. Intenzivní tóny kokosu jáhly lehce zapřou a vy nebudete muset před servírováním strážníkům nic prozrazovat. Navíc tvar kuliček bývá u dětí velmi oblíbený.

Doba přípravy | 30–40 minut

Počet kuliček | 25

Recept je bezlepkový, bezlaktózový a vegetariánský.

Ingrediencie

- 100 g jáhel (váha v suchém stavu)
- špetku soli
- 100 g kokosového másla (pozor, ne oleje)
- 70–100 g medu
- 125 g strouhaného kokosu + cca 30 g na obalení
- 100 g rozinek
- 50 g plátkových mandlí (ještě lehce posekaných nebo podrcených)

Postup

1. Jáhly proliju vroucí vodou. Většinou tak dělám 2x. Poté jáhly zaliju dvojnásobným množstvím vody a lehce osolím. Vařím pod pokličkou asi 15 minut. Nechám vychladnout.
2. Kokosové máslo spolu s medem rozpustím v kastrůlku.
3. Lehce zchladlé máslo s medem přiliju do jáhel. Přidám k nim kokos, rozinky a posekané mandle.
4. Rukou vše promíchám. Směs je konzistentní a navlhčenou rukou se dá vytvořit nelepivá kulička. I tak raději směs dám na pár minut odpočinout do lednice.
5. Rukou vytvářím malé (ideálně stejně velké) kuličky o velikosti menšího golfového míčku. Já jich měla 25.
6. Každou kuličku obalím v kokosu.