

GRANOLA ENERGIEREEP

NODIG 10 ontpitte Medjoul dadels
 60 gr chiazaadjes
 150 gr chocolade granola

HOE? Zet de chiazaadjes in een bodempje water, zo dat ze
 net onder staan en laat enkele minuten weken tot het
 een slijmerig papje wordt
 Mix de dadels fijn in de keukenmachine en meng er
 de chiazaadjes onder
 Vervolgens de chocolade granola onder mengen
 Druk het mengsel stevig aan in een schaal
 of bevochtig je handen en maak manueel bars
 Laat enkele uren opstijven in de koelkast

