

Chatwa



ALE PYSZOTA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

sezam	1,5 szklanki
miód płynny	3 łyżki
rodzynki	garść
żurawina	garść
wiórki kokosowe	3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Sezam należy uprażyć na rozgrzanej suchej patelni. Trzeba uważać i mieszać aby się nie przypalił.
2. Następnie przesypujemy do miseczki i blendujemy na gładką masę.
3. Dodajemy miód, wiórki oraz posiekane na mniejsze kawałki bakalie i mieszamy łyżką albo ugniatamy ręką. Konsystencją powinna być lekko lepiąca się i zwarta.
4. Zagniatamy w dowolny kształt (walec, kwadrat, itp), owijamy folią spożywczą i wkładamy na kilka godzin do lodówki. Po około 3 - 4 godzinach kroimy i gotowe.