

Kokosové kuličky plněné mandlemi



8. 12. 2023

Recept je vhodný pro: [2. fáze](#), [3. fáze](#)

Dopřejte si cukroví i když jste v dietě. Připravili jsme si pro vás báječný a rychlý recept na kokosové kuličky z čokoládového koláče Pdx. Z receptu vykouzlíte 6 ks kuliček, které dohromady obsahují pouze 18,4 g sacharidů, 20,97 g tuků a 12,43 g proteinu.

Co potřebujete:

- 1 [Prodietix čokoládový koláč](#)
- 6 ks loupáných mandlí natural
- 10 g strouhaného kokosu
- 11 g [Prodietix Nutrinelly](#) (dávkujte dle aktuální fáze)

Jak na to:

1. Do větší misky nastrouháme čokoládový koláč.

2. Poté přidáme Nutrinellu v množství cca 2 kávové lžičky, kterou nejprve malinko nahřejeme, aby nám dobře pojila těsto. Popřípadě můžeme přidat trošku vody, aby konzistence těsta dobře držela.

3. V dlaních uválíme kuličky.

4. Jakmile máme kuličky hotové, vložíme do vnitřku jednu celou mandli, kterou ještě zapracujeme do těsta.

5. Hotové kuličky obalíme ve strouhaném kokosu a vkládáme do papírových košíčků.

6. Skladujeme v lednici.