

Конфетки из фундука



На 100 грамм:
Калорийность: **314,23 ккал.**
Белки: **9,11 г.**
Жиры: **29,39 г.**
Углеводы: **3,84 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/konfetki-iz-funduka/>

Еще одни конфеты, на этот раз из фундука. Настоятельно рекомендую! В составе простые и вкусные продукты - поэтому все обязательно получится, а времени займет минимум.

Ингредиенты:

- 50 г фундука
- 4 ст.л. мака
- 3ст.л воды
- 1 щепотка стевииозид
- корица 0,5ч.л
- разные вкусные добавки (я взяла чернослив и вяленую вишню)

Приготовление:

Измельчаем фундук и мак в кофемолке до состояния муки. Смешиваем в блендере с водой, корицей и стевииозидом. Все) Далее лепим конфетки, в качестве начинки можно использовать: орехи, сухофрукты, свежие фрукты - например, банан, молотый кунжут, марципан и т.д. Для красоты обваливаем в кунжуте или маке. Из этого количества продуктов получается 6-7 средних по размеру конфет.