



# Barre aux noix et coco

**Temps de préparation**

> 1h

**Difficulté**

Facile



## Ingrediënten

150 grammes cerneaux de noix  
125 grammes dattes (séchées et dénoyautées)  
125 grammes d'airelles séchées  
75 grammes de noix de coco (râpée et séchée)

## Bereidingswijze

- 1.** Grillez les noix pendant 10 minutes au four préchauffé à 200 °C. Mixez les ingrédients dans un robot de cuisine. Ajoutez une cuillère à soupe d'eau et mixez de nouveau jusqu'à obtenir une consistance ferme.
- 2.** Recouvrez l'intérieur d'un plat rectangulaire allant au four avec du papier sulfurisé et versez le mélange dans le plat.
- 3.** Pressez fermement et réservez au réfrigérateur. Découpez ensuite des barres. Emballez-les dans du papier sulfurisé. Vous pouvez les conserver deux semaines au réfrigérateur dans un récipient hermétiquement fermé.