

Babyvenlige gulerodsstænger

Opskrift til 10-12 styks

Ift. den revne gulerod: jeg bruger det man køber færdigrevet. Hvis du river selv skal lidt af væsken presses fra og kasseres.

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

- 100 g mandler
- 1/2 dåse kikærter
- 1 dl havregryn
- 1 tsk. kanel
- 1/2 tsk. kardemomme
- evt en nip salt (undlad, hvis de kun er til babyer)
- 1 tsk. vaniljeessens
- 100 g revet gulerod
- 10 bløde dadler
- 2 store spsk. flødeost naturel
- 1 dl kokosmel som drys til sidst

Sådan gør du

1. Blend mandler til mel, jeg bruger min food processor.
2. Dræn dåsen med kikærterne, skyl dem og kom halvdelen i food processoren og blend disse til "smulder".
3. Kom begge dele + resten af ingredienserne (minuskokosmel) i en skål og rør det godt sammen
4. Pres det ud på et stykke bagepapir, det er nemmest hvis man lægger et andet stykke bagepapir oven på og presser på det.
5. Kom det på køl eller frys, til det bliver lidt mere fast.
6. Drys kokosmel hen over og skær så ud i strimler og rul til de her stænger. du kan også rulle til kugler
7. Hvis det ikke er til baby, kan du overtrække med mørk chokolade.