

## Ingredienser

- 20 g græskarkerner
- 20 g hørfrø
- 40 g pistacie
- 50 g dadler
- 1 stor spsk. peanutbutter
- 40 g havregryn
- 1 spsk kokosolie

## Kokosfløde-chokoladeganache

- 100 g mørk chokolade
- 1 dåse kokosmælk

## Sådan gør du

1. Blend alle ingredienserne til barerne i en foodprocessor eller minihakker
2. Pres massen ned i en form.

### Kokosfløde-chokoladeganache:

1. Smelt 100 g mørk chokolade
2. Bland chokoladen med den fede del af en dåse kokosmælk.
3. Kom ganachen på barerne og stil dem på frys en lille times tid