



Pasticcini ai cereali soffiati e frutta secca

Ingredienti:

- ✓ *150g di cereali soffiati (riso, orzo, amaranto, quinoa, farro, ecc.)*
- ✓ *100g di uvetta secca*
- ✓ *6-8 cucchiaini di malto (di grano, mais, riso, ecc.)*
- ✓ *4 cucchiaini di frutta secca a guscio e semi misti (semi di sesamo, semi di girasole, mandorle, nocciole, noci, ecc.)*
- ✓ *scorza grattugiata di un limone*
- ✓ *cannella in polvere*

Preparazione

In una pentola ponete i cereali soffiati, aggiungete la frutta secca a guscio ed i semi misti, la scorza grattugiata del limone, la cannella in polvere, l'uvetta secca ed il malto.

Amalgamate tutti gli ingredienti e cuocete per pochi minuti. Fate raffreddare il composto in frigorifero per circa 2 ore, poi prelevate l'impasto, pressatelo con le mani (meglio se bagnate) e formate delle piccole palline che disporrete nei pirottini.

Guarnite a piacere con nocciole o mandorle o cocco in scaglie grattugiato.