

## Boules Omega 3

50 gr graines de potiron  
25 gr graines de lin  
50 gr graines de tournesol  
50 gr de noix  
50 gr de dattes  
50 gr d'abricots  
50 gr de cranberries  
Jus et zeste d'une orange  
2 CS d'agave  
25 gr de coco râpée

Pour mettre dessus : 25 gr de chia, sesame, pavot et coco râpée pour les roules dedans

Hacher préalablement les dattes et les fruits séchés, mettre le tout dans un robot et mixer pour en faire un pâte. Entre vos paumes de mains faites des petites boules et rouler les dans les graines.