



# Land Art

## BOULE D'ÉNERGIE À LA SPIRULINE LAND ART



TEMPS TOTAL  
20MIN



PORTION  
15 BOULES



1 tasseavoine



½ tasse beurre  
de cacahuète naturel



¼ tasse de  
quinoa soufflé



¼ tasse noix  
de coco râpée



2 c à soupe de  
graines de chanvre



¼ tasse sirop d'érable



1 c à soupe de  
spiruline

### INSTRUCTIONS



1. Mélanger tous les ingrédients dans un bol
2. Prélevez 2 cuillères à soupe du mélange et formez des petites boules avec vos mains
3. Conserver au réfrigérateur ou au congélateur



# Land Art

## COOKIES À LA SPIRULINE LAND ART ET CHOCOLAT BLANC



TEMPS TOTAL  
20MIN



PORTION  
10 COOKIES



1 tasse de farine



1 c. à thé de  
spiruline Land art



1/4 tasse de  
sucre de coco



1/3 tasse noix de  
macadamia hachées



1/3 tasse de chocolat  
blanc végétan haché



1/4 tasse d'huile  
végétale



1 c. à thé de levure chimique  
1/2 c. à thé de bicarbonate



1/4 tasse de  
sirop d'érable

### INSTRUCTIONS

1. Préchauffer le four à 350°F et préparer une plaque recouverte de papier sulfurisé.
2. Dans un saladier mélanger la farine, la levure, le bicarbonate, le sucre de coco et la spiruline.
3. Dans un bol fouetter ensemble le sirop d'érable, l'huile et l'extrait de vanille. Incorporer délicatement ce mélange au précédent sans trop mélanger.
4. Ajouter le chocolat blanc et les noix de macadamia, et bien mélanger.
5. À l'aide d'une cuillère à glace déposer la pâte sur la plaque en espaçant bien chaque boule. Enfourner 10 minutes, sortir et laisser refroidir complètement avant de déguster.