

Energy Bites (Limón-Vainilla)

- 3 scoops (90 g) de proteína de vainilla (de preferencia extraída de plantas)
- 1/2 taza de avena
- 1 cucharada de chia
- 1/2 cucharada de endulzante granulado
- 1 cucharadita de ralladura de limón
- 6 cucharadas de jugo de limón
- 6 cucharadas de agua (aproximadamente)

Preparación

- 1.- En un bowl mezcla la proteína, avena, chia, endulzante, ralladura de limón. Agrega el jugo de limón y el agua hasta que todo se incorpore. Debido a que cada proteína en polvo tiene una distinta absorción de líquidos es probable que tengas que agregarle más o menos agua.
- 2.- Haz bolitas con la mezcla y guarda en un tupperware en el refrigerador.