



ELABORACIÓ

1. Posem el blat de moro en una paella a foc mig-alt amb una cullerada d'oli i el sucre i tapem.
2. Un cop estiguin llestes, hi afegim la mel tèbia, la sal i els cacauets picats i ho mesquem bé.

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 100 g de blat de moro
- 3 culleradetes d'oli d'oliva
- 1 culleradeta de sucre
- 2 cullerades de mel
- 1 cullerada de cafè de sal
- 30 g de cacauets picats

ALTRES ALTERNATIVES

- Canella i sucre amb gust a vainilla
- Amb xocolata negra desfeta.

NOTES:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

