

Fröbollsrecept

- Klipp av en bit snöre, ca 60 cm.
- Knyt ihop 2 pinnar till ett kors i ena änden av snöret så du har en lång bit snöre till upphängning i andra änden.
- Ha upp ingredienserna i en djup tallrik:
50 g smör eller margarin + lite kokosfett
1 (vuxen) näve solrosfrön och 1 näve havregryn
1 msk russin
- Dela kokosfettet i små bitar, blanda allt och forma till en boll.
- Gör hål i bollen med en pinne och tryck igenom snöret.
- Kläm fast bollen runt snöret vid korset.

