

Schoko- Energyballs



Zubereitung

Zutaten

- 200 g Datteln
- 30 g Aprikosen
- 120 g Mandeln
- 1 TL Kokosöl
- 1 1/2 EL Kakaopulver
- 1 1/2 EL Kakaonibs
- gemahlene Pistazien oder Kokosraspeln

- Zubereitung | 15 Minuten
- Ergebnis | ca. 40 Stück

01 Datteln und Aprikosen zuerst in einen Hochleistungsmixer geben um sie schon einmal klein zu bekommen. Im Anschluss kommen alle Zutaten außer der Kakaonibs rein. Alle Zutaten zu einer Masse mixen.

02 Zum Schluss rühre ich die Kakaonibs unter. Diese sollten noch ganz bleiben (für den kleinen Crunch).

Die gemahlene Pistazien oder Kokosraspeln in einem Teller bereit halten.

03 Nun die Masse aus dem Mixer nehmen und etwas nachkneten. Die Masse ist anfangs etwas bröselig, aber sobald man sie etwas mit der Hand knetet festigt sie sich ganz schnell. Die Kügelchen werden mit der Hand geformt und in den gemahlene Pistazien oder Kokosraspeln geschwenkt.

04 Es entstehen ca. 40 Kügelchen, je nachdem wie groß du sie machst. Ich mache sie immer gerne eher klein. Für die Zubereitung benötigst du ca. 15 min.