



FRESH NATURAL FITFOOD

by Michelle

Aprikosen/Kokos Energy Balls



einfach



5 min



15 min



ca. 10 Bällchen

So geht es!

Die Kokosstückchen, Nüsse und Zimt mit Öl in der Pfanne leicht hellbraun anrösten.

Alle an anderen Zutaten in einen Blender geben.
Die abgekühlten Zutaten aus der Pfanne dazugeben.

Kokosfett dazugeben.

Kleine Kugeln formen. Siehe Bild

Das Topping:

In Kokosraspel welzen.

Achtsam genießen!

ZUTATEN



- 1/2 Packung Aprikosen
- 1/2 Packung Datteln
- 1/2 Packung Cashewnüsse/Mandeln
- 4 EL Leisamen
- 1 Hand voll Kürbiskerne
- 1 EL Zimt
- 2 EL Rapsöl
- Kokosstückchen
- 1 Hand voll Haferflocken
- 3 EL Kokosfett

Topping:

- Kokosraspel

