

# Energyballs

## Rezept und Zubereitung



Wir  
wünschen  
gutes  
Gelingen!

### Rezept

150 g Datteln (Bio Qualität)

100 g Nüsse (Mandeln, Walnüsse, Haselnüsse, ...)

1 TL Kokosöl

Deko: gemahlene Mandeln, Kakaopulver, Sesam, Kokosflocken ....

### Zubereitung

1. Die Datteln mit einem TL Kokosöl in einem Mixer pürieren
2. Danach die Nüsse nach Wahl dazugeben und alles vermengen
3. Anschließend aus der klebrigen Masse Kugeln formen  
(Tipp: mit feuchten Händen geht das formen besser)
4. Abschließend nach Wunsch dekorieren

In Kooperation mit:



LAND KÄRNTEN

