



REZEPT ENERGYBALLS



ZUTATEN:

- 200 g Datteln
- 100 g gehackte Nüsse (Mandeln, Walnüsse oder Haselnüsse)
- 2 EL ungesüßter Backkakao
- 1 Prise Salz
- ½ TL Zimt
- 20 g gefriergetrocknete Himbeeren
- 1 TL Rapsöl
- optional: Kokosflocken, gemahlene Mandeln oder Sesam zum Wälzen

UND SO GEHT'S:

Die **Datteln in den Mixer geben**. Danach die gehackten **Nüsse**, den **Kakao**, **Salz**, **Zimt**, die gefriergetrockneten **Himbeeren** und das **Rapsöl dazugeben**.

Alles kurz **mixen, bis eine weiche Masse entsteht**. Tipp: Nicht zu lange mixen, sonst wird die Masse zu klebrig. Falls sie zu trocken ist, einfach 1 TL Wasser dazugeben.

Mit einem Teelöffel **kleine Portionen formen** und **zu Kugeln rollen**.

Die **Energyballs nach Belieben in Kokosflocken, gemahlene Mandeln oder Sesam wälzen**.

Anschließend im Kühlschrank lagern oder sofort genießen!