

Energy Balls

Rezept für 20 Stück



ZUTATEN

Variante 1:

100 g Cashewkerne

150 g Datteln, getrocknet

½ TL Zimt

1 Prise Vanille

Kakao

Variante 2:

100 g Cashewkerne

150 g Datteln, getrocknet

½ TL Zimt

1 Prise Vanille

Kokosraspeln

ZUBEREITUNG

1. Cashewkerne mit Datteln, Zimt und Vanille in einen Mixer geben und so lange zerkleinern, bis eine homogene Masse entsteht.
2. Die Cashew-Dattel-Masse zu kleinen Kugeln formen.
3. Die Kugeln in Kakao oder Kokosraspeln wälzen.



Guten Appetit!

wünscht die **BASF** Gastronomie

Unser Tipp:

Statt Cashewkernen können Sie auch Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse oder einen Nussmix verwenden.