

Rezept

# Gefüllte Datteln mit Kürbiskernen

Ein Rezept von Gefüllte Datteln mit Kürbiskernen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>30</b> getrocknete Datteln (ca. 250 g)	<b>1</b> Bio-Limette oder Bio-Zitrone
<b>40 g</b> Kürbiskerne	<b>50 g</b> weiche Butter
<b>50 g</b> Puderzucker	<b>50 g</b> Kokosflocken

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR CA. 30 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min  
**Pro Portion** Ca. 60 kcal

## Zubereitung

1. Die Datteln entsteinen. Die Limette heiß waschen und abtrocknen. 1 TL Schale abreiben, 1 EL Saft auspressen. 30 Kürbiskerne beiseitelegen. Restliche Kürbiskerne fein mahlen.

---

2. Die Butter mit Puderzucker und Limettensaft glatt rühren. Gemahlene Kürbiskerne, Limettenschale und Kokosflocken unterkneten. Aus der Masse 30 kleine Kugeln formen.

---

3. Die Datteln mit den Kugeln füllen und leicht zusammendrücken. Jeweils zwei bis drei Kürbiskerne in die Füllung stecken. Die Datteln mit Frischhaltefolie abdecken und bis zum Verspeisen kühl stellen.