

Rezept

Schoko-Kirsch-Energy-Balls

Ein Rezept von Schoko-Kirsch-Energy-Balls, am 04.10.2023

Zutaten

200 g Datteln (entsteint)

120 g Mandeln

20 g Kakaonibs

125 g getrocknete Sauerkirschen

15 g rohes Kakaopulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal, 7 g F, 3 g EW, 18 g KH

Zubereitung

1. Die Datteln grob würfeln und mit den Sauerkirschen, Mandeln und dem Kakaopulver im Hochleistungsmixer zu einer glatten Masse pürieren.

2. Die Kakao-Nibs mit den Händen unterkneten. Aus der Masse zwölf Kugeln formen. Die Energy-Balls im Kühlschrank 30 Min. fest werden lassen. Haltbarkeit: im Kühlschrank mindestens 2 Wochen.