

Rezept

Zuckerfreie Coffee-Energy-Balls

Ein Rezept von Zuckerfreie Coffee-Energy-Balls, am 08.06.2023

Zutaten

150 g getrocknete Datteln (entsteint)	75 g Walnusskerne
1 ½ EL rohes Kakaopulver (ohne Zucker)	1 EL lösliches Kaffeepulver
1 Msp. gemahlene Vanille	Salz
35 g gefriergetrocknete Himbeeren	

Rezeptinfos

Portionsgröße 10 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 105 kcal, 5 g F, 2 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Die Datteln grob würfeln und mit Walnusskernen, Kakao und Kaffee in einen Hochleistungsmixer geben. Alles pürieren, bis eine formbare glatte Masse entstanden ist. Mit Vanille und 1 Prise Salz abschmecken.
2. Die Kaffee-Frucht-Masse zu 10 gleich großen Kugeln formen. Die gefriergetrockneten Himbeeren im Mörser oder Blitzhacker fein zerkleinern. Die Coffee-Energy-Balls rundherum darin wälzen.
3. Die Coffee-Energy-Balls nebeneinander in einen Vorratsbehälter füllen und luftdicht verschließen. Vor dem Verzehr noch 30 Min. in den Kühlschrank stellen. Haltbarkeit: gekühlt mindestens 2 Wochen.