

Energy- Balls



Das brauchst du:

170g Datteln ohne Stein
120g Brot (Bio-Life-Changing)
1 EL Chia Samen
1 EL Kakaopulver
2-5 EL Dattelpulver

- 1 Datteln klein schneiden und für ca. 15 Minuten in heißes Wasser einlegen. Datteln abschütten und Dattelpulver auffangen.
- 2 Brot mit der Hand zerbröseln oder mit einem Messer zerkleinern.
- 3 Datteln und das zerkleinerte Brot im Mixer oder der Küchenmaschine mixen. Falls die Masse zu trocken ist, etwas Dattelpulver zugeben.
- 4 Kleine Bällchen formen und für ca. 30 Minuten im Kühlschrank fest werden lassen. Anschließend in Kokosflocken und getrocknetem Erdbeerpulver wenden.

Bällchen im Kühlschrank aufbewahren und
nach und nach vernaschen!