



Schoko-Energyballs

Zutaten:

100 g Datteln entsteint
ca 80 g gemahlene Mandeln
ca 80 g Hafermehl
3 EL Backkakao
2 EL Kakaonibs oder gehackte
Zartbitterschokolade

Zubereitung:

Datteln mit einem Schuss Wasser im Foodprocessor pürieren. Dann die trockenen Zutaten zum Dattelmus geben und alles miteinander verkneten, sodass eine formbare Masse entsteht. Die Masse sollte nicht zu klebrig sein und auch nicht zerbröseln. Du kannst auch ohne grammgenaues Abwiegen die Konsistenz anpassen, indem du entweder noch mehr trockene Zutaten oder ein bisschen Flüssigkeit hinzufügst.

