

schnelle Energie Balls



Zutaten für
4 Bällchen



Zubereitungsdauer:

ca. 5 Minuten

8 Datteln
2 gehäufte EL Erdnussmus
1,5 EL Kakaopulver
1 EL Chiasamen
2 EL Haferflocken
2 EL Kakao-Nibs



Anleitung

Die Datteln entsteinen und mit der Erdnussmus, Kakao, Chiasamen und Haferflocken zerkleinern. Die Masse sollte so sein, dass sie zusammenklebt. Nun die Kugeln formen und in den Kakao-Nibs wälzen.