



Zubereitungszeit:
ca. 10 Minuten (+ 20 Minuten
Kühlzeit)

Einfache Walnut Energy Balls



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: ca. 135 kcal
Eiweiß: ca. 3 g Fett: ca. 8 g
Kohlenhydrate: ca. 12 g

Zubereitung:

1. Datteln und Walnüsse mixen, bis eine grobe Masse entsteht.
2. Haferflocken, Kakao, Tahini, Zimt und Salz hinzufügen und vermengen.
3. Zu kleinen Kugeln formen und vor dem Servieren 20 Minuten kalt stellen.

Zutaten für 12 Portionen :

160 g Datteln (weich)
90 g Kalifornische Walnüsse
45 g Haferflocken
2 EL Kakaopulver
1 EL Tahini oder Nussbutter
1 TL Zimt
1 Prise Salz