

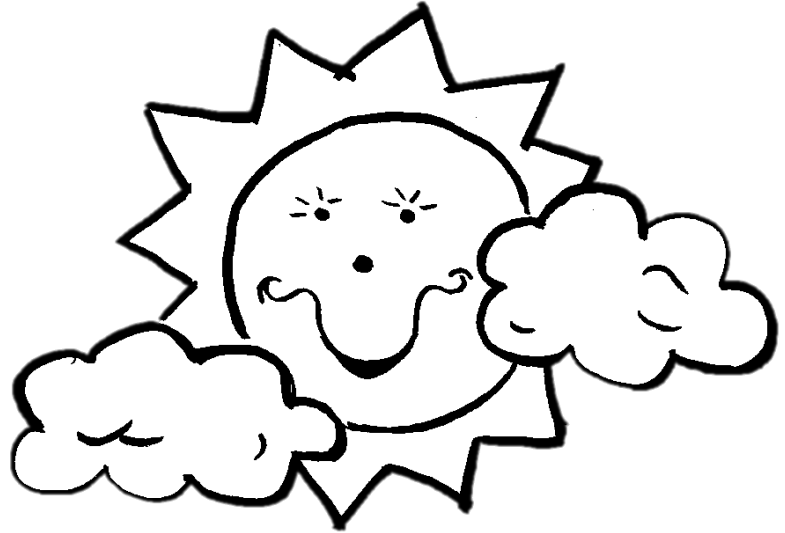
Winter- Rezept

Frühstück
und Snacks

Sonne, Mond und Sterne

Zutaten für 35-40 Kugeln

100 g Dörropflaumen, entkernt
100 g getrocknete Datteln, entkernt
50 g Rosinen
Wasser nach Bedarf
100 g Haselnüsse, fein gemahlen
½ EL Kardamom, gemahlen
außerdem: Kokosflocken, Kakaopulver oder Haselnüsse, fein gemahlen



Zubereitung

- 1 Dörrobst mit etwas Wasser in einer Schüssel geben und mit einem Stabmixer zu einer feinen, weiche aber nicht flüssige Masse zerkleinern. Haselnüsse einrühren, bei Bedarf noch etwas Wasser hinzugeben und Kardamom untermischen.
- 2 Aus der Masse ca. 2 cm große Kugeln formen.
- 3 Die Kugeln in Kokosflocken, Kakaopulver oder fein gemahlene Haselnüssen wälzen.

