

Energy Bites

Zutaten:

- Zwei Handvoll Datteln, eingeweicht
- Macadamianüsse
- Mandeln
- Acerola-Pulver (Online oder in Reformhäusern erhältlich, hoher Vitamin C-Gehalt)
- Chiasamen
- Ingwer
- Kokosnussöl
- Kokosraspel

Die Mengen der Zutaten können je nach Geschmack variieren. Man kann hierbei fast nichts falsch machen.

Alle Zutaten bis und mit Kokosnussöl in einen Mixer geben und zerkleinern. Anschliessend Kugeln daraus formen und diese in den Kokosraspeln wälzen.

Gut verschlossen sind die Kugeln im Kühlschrank 2-3 Wochen haltbar.

