

ENERGIEKUGERL

VEGAN



Portion: je nach Größe, 30-40 Kuglerl

ZUBEREITUNG

Haferflocken und Mandeln fein mahlen.
Mit Kakao, Vanille und Zimt mischen.

Die Datteln entsteinen, klein schneiden
und zu den trockenen Zutaten mischen.
Honig und Öl dazu und die Masse gut
durchkneten.

Mit feuchten Händen Kuglerl formen und in
Kokosflocken wälzen – fertig – mmmhhh
😊

ZUTATEN

75g Haferflocken

50g Mandeln

4EL Kakao

Mark einer ½ Vanilleschote

1/2TL Zimt

50g Datteln

220g Honig oder
Ahornsirup

100g Öl oder Margarine

Kokosflocken zum Wälzen

Jacqueline Flasch
Im Kräutergarten
Brandstatt 6
4644 Scharnstein

Simsalabim, deine Lavendula

