



Energiebälle aus Haselnüssen

Zutaten

- 150 g gemahlene Haselnüsse
- 150 g Datteln
- 100 g Rosinen
- 100 g Feigen
- je 1 Teel. Anis und Johannisbrotpulver
- 1 Essl. Honig
- 1 abgeriebene Zitronenschale

Zubereitung

Die gesammelten Haselnüsse vor der Verwendung trocknen und anschließend malen.

- Datteln, Rosinen und Feigen mit einem scharfen Messer kleinschneiden
- Zutaten zu einer festen Masse verkneten
- Kugeln rollen oder aus ausgewalztem Teig Formen ausstechen
- in angeröstetem Sesam oder Kokos wälzen (verkleben nicht)



Idealer Snack für zwischendurch, nicht nur für uns!