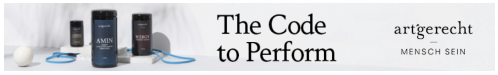


Healthy Christmas Treats: weihnachtliche Energy-Balls

Zutaten

- 50 g kernige Haferflocken
- 200 g Datteln
- 100 g Mandeln
- 2 TL Mandelmus
- 2 TL Kokosöl
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Spekulatiusgewürz
- 2 TL Rohkakaopulver



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Die Haferflocken zusammen mit den Mandeln in den Mixer geben und auf höchster Stufe fein zu Mehl verarbeiten. Die restlichen Zutaten hinzugeben und zerkleinern. Kurz abschmecken und nach persönlichem Geschmack nachwürzen.

© 2026 TIME2TRI GmbH