



# Energy Balls

im Kokosmantel

ERGIBT: CA. 17 STK.

ZUBEREITUNGSZEIT: CA. 10MIN.

## ZUTATEN

- 12 Stk. Apfelringe, getrocknet
- 2 Handvoll Cranberrys,  
getrocknet
- 6 TL Ahornsirup
- 4 EL Mandeln, gemahlen und  
geschält
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Leinsamen, geschrotet
- 1 EL Mehl
- 1 EL Kokosraspeln
  
- Kokosraspeln, zum  
ummanteln

## ZUBEREITUNG

1. Schritt  
Die Apfelringe mit den Cranberrys in einem Mixer  
fein mixen.
2. Schritt  
Alle Zutaten in einer Schüssel mischen, bis eine  
feuchte Masse entsteht.
3. Schritt  
Die Masse portionieren und anschliessend in  
kleine Bällchen formen.
4. Schritt  
Die Bällchen in Kokosraspeln wenden.

