

Energiebällchen

Energiebällchen sind zur Zeit sehr beliebt. Kein Wunder, sie schmecken superlecker, sind gesund und geben dir eine gute Portion Qi. Eine kleine Alternative neben den ganzen Plätzchen zur Zeit.

Du kannst die Bällchen in allen möglichen Variationen machen, hier siehst du meinen Favoriten:

Nimm **2 Tassen Nüsse deiner Wahl** (in meinem Fall habe ich Cashews und Mandeln genommen) und **eine Tasse Datteln** und mahle sie ganz fein. Dann fügst du ca **2 EL Kokosöl**, einen gehäuften **TL Zimt**, **2 TL Kakao** (ungesüsst) dazu und mischt das Ganze zu einem glatten Teig. Jetzt nur noch Bällchen formen und in **Kokosflocken** oder **Sesam** wälzen. Unbedingt im Kühlschrank aufbewahren damit sie fest bleiben. Das Ganze hält ca. 2 Wochen.

