

Reizhusten-Superbällchen

Das brauchst du:

- 1/4 Tasse geröstete Pinienkerne (50 g)
- 1 Tasse Walnüsse (wenn man mag auch etwas geröstet)
- 1/4 Tasse Pistazien (geröstet, ungesalzen)
- 1/2 Tasse Mandeln
- 1-2 EL Marzipan, gerieben
- 1/2 Tasse Datteln
- 4 EL Honig
- 2 EL Kokosöl
- 2-3 TL getrockneten Thymian
- gepoppten Amaranth und Sesam zum Wälzen

So wird´s gemacht:

Gebe zuerst alle Nüsse in einen Mixtopf und mahle diese zu feinem Mehl. Danach gibst du die Datteln und das Marzipan dazu und mixt diese ebenfalls. Jetzt noch die restlichen Zutaten dazu und eine weiche Masse daraus mixen.

Aus der Masse kannst du jetzt Kugeln formen und sie noch in Sesam oder gepoppten Amaranth wälzen. Im Kühlschrank lagern (Sie halten dort ca. 2 Wochen)

