Energie Kugeln

Die Energie Kugeln sind ein idealer Snack für Zwischendurch oder wenn dich die Müdigkeit überkommt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min

Zutaten

225 g	getrocknete Datteln
150 g	Honig
1 EL	Chiasamen
1 EL	Leinsamen
1 Prise	Salz
100 g	Haferflocken
100 g	Pistazienkerne
125 g	Cranberries (getrocknet)

Zubereitung

1. Für die **Energie Kugeln** die getrockneten Datteln, Honig, Chiasamen, Leinsamen und die Hälfte der Haferflocken in eine Küchenmaschine leeren und zerkleinert.

2. Die restlichen Haferflocken, Pistazien Kkerne, Cranberries und Salz unterrühren. Für etwa 30 Minuten im Kühlschrank kalt stellen.

3. Die klebrige Masse zu kleinen Kugeln formen, gekühlt und luftdicht verpackt aufbewahren.

Tipp