



Walnuss-Kokos-Bällchen

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🕒 25min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Walnusskerne	360 g
Salz	
Soft Datteln, getrocknet und entsteint	360 g
Vanilleschote	2 St.
Kakaopulver	80 g
Kokosraspel	3 EL

Zubereitung

1. Walnüsse zusammen mit Salz in einem Mixer fein mahlen. Datteln grob hacken. Vanilleschote längs aufschneiden und Vanillemark herauskratzen. Mit Datteln und Kakaopulver in den Mixer geben und fein pürieren. Ggf. etwas Wasser zugeben, damit die Masse zusammenhält.
2. Alles in eine Schüssel geben, mit den Händen zu Kugeln rollen und in Kokosraspeln wälzen.
3. Gekühlt und luftdicht verschlossen sind die Walnuss-Kokos-Bällchen ca. 1 Woche haltbar.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	891 kcal
Kohlenhydrate	80 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	13 g
Fette	57 g