

Feigen-Walnuss-Energie Balls

Zutaten

- ✿ 450 g getrocknete Feigen
- ✿ 125g Walnusskerne
- ✿ 1EL Vanille Extrakt oder eine Vanilleschote
- ✿ 1/2 TL Salz
- ✿ 40g geschrotete Leinsamen
- ✿ Nach Bedarf und Geschmack kann auch 1-2 EL Honig daruntergemischt werden



Und so wird's gemacht ✿

Alles in den Mixer für ca 2-3 Minuten bis es eine bröckelige Masse ist.
Dann (am besten mit Handschuhen leicht anfeuchten) ca 10-15 Kugeln Formen.
Wer möchte kann die Balls mit Kokosflocken ummanteln.
Anschließend für 15-20 Minuten in den Kühlschrank.
Kühl gelagert sind die Energie Balls mindestens 7 Tage haltbar.

*Guten Appetit wünscht
Svenja Hoffmann von „Vitamin Boom“!*