

Für mehr Energie beim Home-Schooling

GESUNDES NASCHEN:

Dattelkonfekt

250g Datteln

100g gemahlene Mandeln

3 Esslöffel Kakao (einfaches Kakaopulver OHNE Zucker!!!)

1.Schritt:

Du gibst alle Zutaten gemeinsam in eine Küchenmaschine. Die Masse so lange mixen, bis sich die Zutaten zusammenklumpen.

2.Schritt:

Aus der Teigmasse viele kleine Kugeln rollen.

3. Schritt:

Nun kannst du die Kugeln in Sesam, gehackten Nüssen, Chia oder Kokosraspeln wälzen.

FERTIG!!! Sooo schnell gemacht - und dabei gesund + lecker.... hmmm....

