

# Rezepte ohne Zucker

## Erdnuss-Kakao-Energiekugeln

Diese Energiekugeln sind superschnell gemacht und schmecken einfach köstlich. Wenn du keine Küchenmaschine hast, kannst du einfach einen Stabmixer hernehmen. Das geht genauso gut

### Zutaten für 20 Kugeln

- 6 große Medjoul-Datteln
- 35 g Erdnüsse
- 15 g Kakao-Nibs
- 35 g feine Haferflocken
- 2 EL Erdnussmus (gehäuft)
- 1 Prise Salz



### Zubereitung

- Alle Zutaten in einer Küchenmaschine, einem Mixer oder einfach mit dem Stabmixer so lange vermengen, bis die Masse möglichst gleichmäßig und kompakt ist.
- Mit befeuchteten Händen zu kleinen Kugeln formen.



### Tipp

- Wenn du es noch schokoladiger möchtest, dann schmelze ein Stück Zartbitter- Kuvertüre in einem Wasserbad. Sobald die Kuvertüre flüssig ist, besprenkle die Kugeln damit oder tauche sie komplett in die Kuvertüre. Anschließend auskühlen lassen, bis die Schokolade fest ist.
- Die fertigen Energiekugeln am besten im Kühlschrank aufbewahren. Dort halten sie sich einige Tage.