

# Kokos-Limetten-Energyballs



#### Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 88 kcal Eiweiß: 1,34 g Kohlenhydrate: 7,94 g

Davon gesättige Fettsäuren: 2,01 g ungesättige Fettsäuren: 3,97 g

Fett: 5,98 g

## **Zubereitungszeit:** 30 Minuten

## Zubereitung:

- 1. Die Walnüsse in die Küchenmaschine geben und so lange mixen, bis die Walnüsse möglichst fein gemahlen sind.
- 2. Nun die Datteln zusammen mit den Kokosraspeln, 2 EL Limettensaft und dem Limettenabrieb hinzugeben und so lange mixen, bis eine Art Teig entsteht.
- 3. Mit einem Teelöffel etwas abstechen und mit angefeuchteten Händen zu Kugeln formen. Die Energyballs in Kokosraspeln wenden.
- 4. Die fertigen Energyballs können in einem luftdichten Gefäß bis zu 1 Woche im Kühlschrank oder bis zu 4 Wochen im Gefrierschrank aufbewahrt werden.

### Zutaten für 25 Portionen :

#### Für die Energyballs

150 g Kalifornische Walnüsse

225 g Medjool Datteln

65 g Kokosraspel

1 Limette, etwas Saft und den Abrieb davon

### Außerdem

Kokosraspel